

Cicatrices

cómo tratarlas

Láser, cremas, inyecciones, injertos, cirugía. Ninguna técnica ni tratamiento asegura borrarlas por completo, pero sí se puede mejorar mucho su apariencia.

por ABIGAIL CAMPOS DÍEZ

No es lo mismo la cicatriz de un accidentado que se ha raspado la piel en el asfalto, generando una destrucción extensa de tejido, y con contaminación con partículas extrañas y microorganismos, que una herida quirúrgica hecha con un bisturí en condiciones de esterilidad. La causa de la lesión influye en que tengas una mejor o peor cicatrización. Tomando ese punto de partida, hay otros aspectos que influyen en este tipo de lesiones de la piel. “Su apariencia a veces es plana, abultada, hundida o coloreada, dependiendo de muchos factores”, detalla la doctora M^a José Barba Martínez, especialista en medicina y cirugía estética (doctorabarba.blogspot.com.es).

No solo tiene importancia el tamaño y profundidad de la herida, sino también el tipo de dermis: las personas de piel muy oscura, los asiáticos y los latinoamericanos tienen más tendencia que los caucásicos a desarrollar queloides, cicatrices abultadas e irregulares. Otra variable que influye es la localización de la herida en el cuerpo: “En zonas de mayor tensión mecánica como tórax, hombro, cuello y tercio superior de la espalda, la cicatrización es peor”, advierte la doctora Sandra Fernández, del grupo de Dermatología Pedro Jaén (grupopedrojaen.com). Con la edad, la curación es peor, como también lo es en el sexo femenino.

PRODUCTOS

Si tienes una cicatriz, es muy importante **protegerla del sol, especialmente los dos primeros años, e hidratarla para mantener la humedad**, ya que tiende a deshidratarse con más facilidad. Aplica los productos en una capa fina, masajeando cuidadosamente, excepto si hay dolor o existe infección.

La experta

“LAS HAY DE VARIOS TIPOS”

Las cicatrices puede ser coloreadas (por aumento de pigmento) o hipopigmentadas. Generalmente, tienen un tono rojo/rosado durante los primeros meses, adquiriendo un tono blanquecino cuanto más antiguas sean. Las recientes suelen estar ligeramente sobreelevadas y tienden a hundirse o a aplanarse con el tiempo. A veces se produce una cicatrización patológica. Así se llama cuando son hipertróficas (confinadas a los márgenes de la herida) o queloides (que son las que se extienden de forma progresiva más allá de los márgenes de la herida).

Sandra Fernández
Grupo Dermatología Pedro Jaén.



Busca fórmulas con aceite de argán o rosa mosqueta, que nutren y aportan flexibilidad a la piel; y con vitaminas A y E, que contribuyen a la cicatrización, aumentan la capacidad de hidratación de la superficie cutánea y contrarrestan la pérdida de colágeno.

PARCHES

En el mercado existen también **parches y geles de silicona**, que reducen la inflamación y el eritema, y previenen el

riesgo de hipertrofia. Otra opción son los parches de poliuretano microporoso, que actúan de forma similar a la silicona.

TRATAMIENTOS

En cualquier caso, la mayor parte de las cicatrices son para siempre y solo puedes aspirar a modificar su aspecto, en algunos casos muchísimo. Para completar esos cuidados que puedes hacer en casa, hay **tratamientos como el láser**, “que puede mejorar el aspecto de una cicatriz, a veces de manera bastante espectacular, hasta hacerla casi imperceptible, pero nunca prometemos tal resultado porque no depende solo del láser o del médico que lo maneja, depende mucho de la piel de cada paciente”, dice Federico Feltes, dermatólogo de La Clínica Bioláser La Moraleja (clinicabiola.serlamoraleja.com).

Otras opciones son la luz pulsada (para cicatrices delgadas o recientes), retinoides (como complemento al láser), inyecciones de ácido hialurónico (para cicatrices hundidas), transferencia de grasa autóloga (si hay gran pérdida de tejido), e incluso cirugía (se extirpa la cicatriz y queda otra más pequeña). ■

