



CICATRICES

¿CÓMO CUIDARLAS EN LA FARMACIA? CONSEJOS PRÁCTICOS

Las cicatrices son un motivo de consulta frecuente en la farmacia. Es importante saber que una cicatriz es una secuela definitiva y que a pesar de que se puede mejorar su aspecto, no hay ningún tratamiento que las elimine.

¿POR QUÉ SE GENERA?

Cualquier herida que rompa la superficie cutánea, provoca una cicatriz. El cuerpo une su propio tejido de una forma espontánea con tejido fibroso (fibras de colágeno) con un aporte vascular importante y hay que destacar la ausencia de células que pigmentan la piel, de ahí que a largo plazo todas cicatrices tienen un color blanco.

Según la naturaleza de cada persona, las cicatrices son mejores, dependiendo del propio tejido conjuntivo del paciente. Por lo general la raza negra cicatriza peor, con tendencia a producir cicatrices muy hipertróficas (gruesas) y en algún caso producir queloides en los que la cicatriz sobrepasa la herida inicial, aumenta mucho de grosor y provoca habitualmente picores (porque engloba fibras nerviosas cutáneas).

En caso de que aparezca un queloide, es conveniente ir al médico para que valore un tratamiento con Triamcinolona en infiltración local y en casos muy severos se indica la resección del queloide con la aplicación inmediata, después de la sutura, de radioterapia por personal experto.

¿QUÉ MÁS DEBES SABER?

Las cicatrices están rojas durante muchos meses y duras al tacto. Con el paso del tiempo la propia colagenasa (enzima que rompe las fibras de colágeno) del cuerpo, fragmenta las fibras de colágeno haciéndolas más movibles, no tan rígidas y la cicatriz engloba a los vasos con lo que pierde el color rojizo y la dureza.

Las cicatrices nunca desaparecen, pero se pueden considerar que el aspecto real de la cicatriz lo obtenemos a los 18 meses.

¿CÓMO DEBEN CUIDARSE?

Las cicatrices mejoran con la aplicación de una presión moderada, bien sea con esparadrapo de papel antialérgico o con tiras de silicona, gel de silicona o poliuretano. Parece ser que el efecto de esas tiras se basa en una presión moderada y el mantenimiento de cierta humedad que mejoran el proceso de cicatrización.

También se utilizan cremas hidratantes y regeneradoras, la mayoría de ellas contienen aceite de rosa mosqueta y pueden incluir también dexpanthenol y centella asiática. Existen otros activos que también pueden favorecer la cicatrización, se trata de activos de última generación como el SCA® bio repair technology o dispositivos biomiméticos que son menos conocidos por el público en general.

Lo protectores solares deben incorporarse a la rutina, preferentemente en formatos stick, porque de esta manera permanecen más sobre la piel, su aplicación debe repetirse cada dos horas. En caso de que la cicatriz quiera taparse con ropa, existen camisetas y bañadores con fotoprotector solar incorporado.

Para mejorar el estado de la piel también pueden tomarse complementos nutricionales que siempre pueden ayudar.

NO TE OLVIDES QUE...

El sol es el enemigo de la cicatriz, porque incrementa la vascularización con lo que aumenta su enrojecimiento y podría incluso pigmentarse de color más oscuro. Por eso es conveniente usar cremas protectoras del sol durante todo el tiempo que la cicatriz esté rojiza, además si estás morena, puedes aplicar fotoprotectores con algo de color para disimular más. Una vez la cicatriz es blanca (alrededor de los 18 meses) ya no hace falta proteger la zona de manera especial.