



MANUAL DE CUIDADOS COM *tatuagens*



Introdução

A tatuagem nada mais é do que uma obra de arte pessoal, registrada na pele, que visa expressar emoções, sentimentos, cosmovisões, concepções, ideologias e significados.

Embora a arte seja milenar, presente em diversas culturas e períodos históricos, só recentemente ela atingiu uma popularidade alcançando todas as faixas etárias e grupos sociais.

Por ser um procedimento que afeta diretamente o organismo, ela exige diversos cuidados e precauções. Tais cuidados são necessários para uma via dupla:

1. Evitar complicações, alergias, infecções, vírus, bactérias, etc.;
2. Manter o design do projeto mais bonito e vivo por mais tempo.

Uma das vias se liga diretamente a sua saúde. A outra se liga a estética do desenho. Portanto, há uma importância dupla de se tomar todos os cuidados e precauções ao se fazer uma tatuagem.

Este manual existe para agrupar todos os cuidados necessários que você deve tomar antes, durante e depois de um procedimento de tatuagem. Ele não visa substituir as orientações do profissional tatuador e nem mesmo as orientações de um médico especialista. Ele visa, apenas, servir de lembrete complementar de todos os cuidados que você deve tomar para realizar o procedimento com segurança e excelência.

Este manual foi produzido pelo [blog Tattoolandia](#).

Cuidados Antes do Procedimento

O processo de cuidados não começa no dia do procedimento. Mas, sim, nos dias que antecedem o procedimento. Por conta disso, nosso guia começa com os cuidados que você deve tomar antes de realizar a sua tatuagem. Confira-os:

- Em até duas semanas antes do procedimento, evite bronzeamento artificial, tomar sol na região a ser tatuada ou realizar peelings estéticos ou funcionais. Esses procedimentos podem mudar a natureza da sua pele e dificultar o trabalho do tatuador, podendo prejudicar o resultado final;
- Nosso corpo é composto por 70% de água. É por conta disso, que tomar muita água nos dias que antecedem o procedimento é importante. A água vai manter a sua pele bem hidratada para resistir ao procedimento;
- Nos dois dias que antecedem o procedimento, você deve evitar o consumo de bebidas alcoólicas. A presença do álcool em sua corrente sanguínea pode ocasionar um sangramento intenso durante o procedimento;
- No dia que antecede o procedimento, descanse bem. Isso inclui dormir pelo menos oito horas. A quantidade de sono não só é importante como também o é a qualidade. Por conta disso, evite alimentos com cafeína e outros estimulantes em sua composição para melhorar a sua noite de sono. Outra dica é tirar todos os dispositivos de luz azul do seu quarto, dado que eles atrapalham a secreção de melatonina, o hormônio responsável pela qualidade do sono.

Cuidados no dia do procedimento

Aqui você vai encontrar algumas dicas para o dia de realizar a sua tatuagem. Confira:

- Evite consumir remédios para dor (*analgésicos*). Eles podem diluir o seu sangue e prejudicar o procedimento;
- Nunca realize o procedimento de estômago vazio. Alimente-se bem antes do procedimento, principalmente se ele for durar muito tempo;
- Utilize roupas confortáveis para se manter relaxado e confortável durante o procedimento;
- Prepare-se mentalmente para o procedimento. Isso pode incluir uma sessão de meditação e [exercícios de respiração](#) para aliviar a ansiedade;
- Se você utiliza saltos, evite-os no dia do procedimento, principalmente se a tatuagem for na região da perna ou do pé, dado que tais calçados podem ocasionar uma pressão extra na região tatuada prejudicando o resultado final;
- Tome um bom banho no grande dia. Lave bem a região a ser tatuada, mas não aplique nada sobre ela;
- Informe o tatuador da presença de qualquer condição ou problema de saúde, como diabetes, epilepsia, HIV, etc.;
- Leve uma garrafa de água para a sessão. Você também pode levar balinhas para manter os níveis de glicose no sangue;
- Você também pode levar um fone de ouvido e um dispositivo sonoro para relaxar durante o procedimento;
- Caso esteja muito nervoso(a), considere levar um amigo ou familiar para te acompanhar durante o procedimento.

Cuidados Após o Procedimento

Após realizar a sua tatuagem, os cuidados e precauções se intensificam para evitar complicações e sustentar uma cicatrização saudável. Confira os cuidados a serem tomados:

- Alguns profissionais vão indicar que você mantenha a bandagem na região por uma hora. Outros vão aconselhar que você deixe por um dia. Siga exatamente as orientações do profissional que realizou o seu desenho;
- Após a remoção da bandagem, lave bem a região tatuada. Porém, tal lavagem exige sutileza. Use sabonetes puros, sem sulfato ou perfume, e utilize água morna (*nem quente, nem fria*);
- Após a lavagem, seque-a com uma toalha de papel limpa. Evite esfregar a área. Seque sutilmente e lentamente;
- Aplique uma camada fina de hidratante - novamente, sutilmente - de acordo com a orientação do profissional que realizou o procedimento. Lembre-se que não é qualquer tipo de hidratante que pode ser utilizado;
- Realize o procedimento de lavagem acima descrito pelo menos duas vezes por dia para livrar a região de microorganismos prejudiciais. Tal procedimento deve ser feito até a cicatrização completa da sua tatuagem;
- Evite coçar, puxar a pele ou descascar a sua tatuagem. Isso pode causar complicações, como infecções, além de prejudicar esteticamente o seu resultado final;
- Evite a exposição ao sol durante o período de cicatrização; Evite piscinas e praias durante o período de cicatrização;
- Evite o uso de produtos com componentes derivados de petróleo na região tatuada;
- Evite o uso de produtos com fragrâncias artificiais, pois estes podem irritar a pele facilmente;
- Evite o uso de roupas apertadas na região tatuada;
- Evite frequentar saunas durante o período de cicatrização;
- Evite fazer atividades físicas de alta intensidade durante o período de cicatrização;

- Evite tocar na sua tatuagem com as mãos sujas;
- Evite com que outras pessoas toquem na sua tatuagem;
- Evite o consumo de bebidas alcoólicas durante 48 horas após a realização do procedimento.

Você tem mais dúvidas sobre os cuidados necessários com uma nova tatuagem? Pergunte em nosso blog.

Acesse: <https://tattoolandia.com.br/>