Estimada paciente😊,
Te dejo las **recomendaciones tras tu Láser CO_2 fraccionado facial**, organizadas por fases para que sepas qué es normal y qué hacer en cada momento.

1) Primeras 48–72 horas (fase “piel muy sensible” o exhudado)

Lo normal: calor, escozor, rojez intensa, hinchazón, puntitos/“rejilla” del láser.
Objetivo: que la piel no se reseque (cura húmeda).

✅ **Qué hacer**

- **Limpieza:** 2–4 veces/día con **suero fisiológico** o agua, secando **a toques** (sin frotar).
- **Crema/pomada:** aplicar **Vaselina pura**/**Aquaphor/flamigel** en capa fina y reaplicar siempre que notes tirantez (la piel debe quedar “ligeramente engrasada”).
- **Frío local:** compresas frías 10 min varias veces al día (sin hielo directo).

⛔ Evitar

- Sol, calor, ejercicio intenso, sauna, piscinas.
- Maquillaje y productos con ácidos, retinol o vitamina C.

2) Días 3–7 (fase de “descamación y cierre”)

Lo normal: piel áspera, descamación, pequeñas costritas finas, tirantez.
✅ **Qué hacer**

- Mantén limpieza suave 1–2 veces/día.
- Si aún está muy seca o con costrita: sigue con **Vaselina pura**/**Aquaphor/flamigel**.
- Cuando ya esté cerrada (sin zonas abiertas), puedes pasar a una reparadora: **Cicaplast Baume B5 / Avène Cicalfate+ / Cicabio/ crema reparadora**, 2–3 veces/día.

⛔ No arrancar pellejitos ni costras (deja que caigan solas).

3) Semana 2–4 (fase “piel nueva”)

Lo normal: piel rosada, sensible, algo de picor, textura irregular leve.
✅ **Qué hacer**

- **Hidratante suave** (tipo CeraVe / Toleriane / Tolérance) 2–3 veces/día.
- **Protector solar SPF 50+** todos los días. Reaplicar si hay luz o exterior.

4) Semanas 4–12 (fase de “mejora progresiva”)

Lo normal: la rojez va bajando poco a poco y la textura mejora de forma gradual.
✅ **Qué hacer**

- Sigue con **SPF 50+** diario (clave para evitar manchas).
- Si todo va bien, iremos reintroduciendo activos (si procede) de forma progresiva según control.

Medicación (solo si te lo hemos pautado)

- 1 paracetamol cada 8 horas durante 3 días.
- Valaciclovir 500mg cada 12h. Hasta 10 días después del tratamiento.
  ⚠️ No uses antibióticos o corticoides por tu cuenta.

Señales de alarma (avísanos)

- Dolor que empeora, pus/olor, fiebre.
- Enrojecimiento que se extiende de forma marcada.
- Granitos agrupados tipo herpes con escozor.

Cualquier duda, escríbenos y te ayudamos 😊