



Center for
Young Women's Health
Childrens Hospital
Boston

Perforaciones en el Cuerpo: Una Guía para Adolescentes

Hace siglos que diferentes cultural alrededor del mundo utilizan perforaciones en el cuerpo. Si miras en un libro de historia, encontrarás que los egipcios, los griegos, y los romanos practicaban el arte corporal, que incluía cosas como tautajes y perforaciones. La gente se perforaba el cuerpo para decorarlo, para demostrar su importancia en un grupo, o porque creían que los protegía del mal. Hoy en día conocemos mucho más sobre los riesgos de perforar el cuerpo. Perforar tu cuerpo es una decisión seria. Antes de decidir que quieres hacer, pregúntales que piensan a tus amigos, padres, y adultos en los que confías.

¿Que dicen los adolescentes sobre perforarse el cuerpo hoy en día?

Pregúntales a otros adolescentes que se hayan perforado el cuerpo que piensan de esa experiencia. ¿Cuánto les costo? ¿Fue doloroso? ¿Cuánto tiempo tardó en cicatrizar? Si tuvieran la oportunidad de hacerlo de nuevo, ¿lo harían?

Algunos consejos que nos han dado los adolescentes:

- No tienes que perforar tu cuerpo para “pertenecer”.
- Si decides perforar tu cuerpo, nunca lo hagas tú mismo, ni dejes que un amigo te lo haga, porque puedes tener serios problemas de salud como consecuencia.

¿Cuáles son los riesgos al perforar tu cuerpo?

Los riesgos mas serios son las infecciones, las reacciones alergicas, los sangrados, y el daño a nervios y dientes. Las infecciones pueden ser causadas por los virus de la hepatitis, el HIV, el tetanos, bacterias y hongos. Si el que realiza la perforación se lava las manos y usa guantes y equipo esteriles, y tu realizas adecuado cuidado de tu perforación, entonces el riesgo de infeccion se reduce en forma inportante, pero persiste.

¿Sabias que...

- Puedes adquirir y/o contagiar infecciones serias, incluyendo el HIV, si el equipo utilizado no ha sido adecuadamente esterilizado?

Las infecciones causadas por bacterias que penetran en el sitio de la perforacion pueden aparecer mas adelante, incluso luego de que la perforacion haya cicatrizado.

- Si en el local utilizan una pistola perforadora, ¡deja el lugar de inmediato! Las pistolas perforadoras no pueden ser esterilizadas y NO deben ser utilizadas para perforar el cuerpo.

Otro problema asociado a las perforaciones es el tipo de joyas que se utilizan en las areas perforadas. Si es demasiado pequeña, puede cortar la irrigacion sanguinea en ese area, causando hinchazon y dolor. Si la joya es muy delgada, o muy pesada, o si tu eres alergico/a a ese metal, tu cuerpo puede rechazar la joya (tu cuerpo reacciona a esa joya por que es un “cuerpo extraño”).

Conoce los riesgos antes de perforar tu cuerpo...

- Infección bacteriana en el area de perforación.
- Sangrado excesivo (abundante).
- Reacciones alérgicas, en especial a cierto tipo de joyas.
- Daño a nervios, perdiendo la sensibilidad en el area perforada.
- Queloides (cicatrices gruesas en el area perforada).
- Daño dental, hinchazón e infección de la lengua, dientes partidos, ahogamiento con las joyas si se desprenden, etc..

¿Importa en qué área de mi cuerpo realizo la perforación?

El tiempo de cicatrización varía según el área corporal perforada. Algunas áreas tienen mayor riesgo de infección bacteriana y otros problemas. Los lóbulos de las orejas generalmente tardan entre 6 y 8 semanas en cicatrizar. Pero las perforaciones en los lados de las orejas, que contienen cartílago, pueden tardar entre 4 meses y 1 año en cicatrizar. Esto se debe a que el tipo de tejido en cada área es diferente, y la presión que se ejerce sobre ellos al dormir es diferente también.

Las perforaciones en la lengua se hinchan mucho al principio, pero cicatrizan bastante rápido si se utiliza el tipo adecuado de joya. Sin embargo, las joyas de metal en la lengua pueden dañar las encías y el esmalte de los dientes. De hecho, la Asociación Americana de Odontología (ADA, American Dental Association, que es un grupo de dentistas que determina las conductas ideales para los dentistas en Estados Unidos) está en contra de cualquier tipo de perforación oral dados los riesgos que implica.

En algunos casos, las perforaciones en los pezones pueden dañar alguna de las glándulas productoras de leche en la mama. Esto puede provocar infecciones, o problemas más adelante, si la mujer decide amamantar a su bebé.

Algunas áreas perforadas, como el ombligo, tienen mayor riesgo de infección, dada la irritación que produce la ropa ajustada. Un área perforada necesita aireación para permitir la cicatrización.

Área perforada	Tiempo que tarda en cicatrizar
Lóbulo de la oreja	6 a 8 semanas
Cartílago de la oreja	4 meses a 1 año
Ceja	6 a 8 semanas
Aleta nasal	2 a 4 meses
Tabique nasal	6 a 8 meses
Puente nasal	8 a 10 semanas
Lengua	4 semanas
Labio	2 a 3 meses
Pezón	3 a 6 meses
Ombligo	4 meses a 1 año
Genitales Femeninos	4 a 10 semanas
Genitales masculinos	4 semanas a 6 meses

Si decido que realizarme una perforación es importante para mí, ¿dónde debería ir?

Deberías preguntarles a familiares y amigos con perforaciones donde se las realizaron, y si les gustó el lugar. Busca un lugar donde realicen muchas perforaciones, y que emplee solamente a perforadores con licencia para perforar. En algunos estados exigen que los perforadores tengan licencia, mientras que en otros estados no. ¡Con lo cual muchos de las personas que realizan perforaciones no tienen demasiada experiencia! Cómo te puedes imaginar, esto puede ser muy peligroso para ti. Sin embargo, la APP ([Asociación de Perforadores Profesionales](#)) hace reglas de seguridad para los perforadores. Asegurate de que haya un certificado en la pared que diga que el perforador está registrado en la APP. Puede ser necesario que lleves una copia de tu certificado de nacimiento. Si eres menor de 18 años, necesitarás un permiso de tus padres o tutores. Tu padre o tutor deberá acompañarte al local para firmar un consentimiento.

Dado que las leyes varían de estado a estado, deberás averiguar que dicen las leyes de tu estado sobre la necesidad de que tus padres firmen el consentimiento o no.

¿Qué debo buscar en un local de perforaciones?

¿Está el lugar limpio? El local debiera ser higiénico, tener buena iluminación, para que el perforador pueda ver adecuadamente mientras trabaja. ¿El perforador se lava las manos? ¿Usa guantes e instrumentos estériles? Todos los instrumentos deberían ser nuevos y descartables, o ser esterilizados en bolsas. Si el perforador utiliza agujas descartables, deberías verlo/a abrir paquetes de agujas sellados! Y deberá descartar las agujas ya utilizadas en descartadores plásticos para material contaminado.

¿Qué tipo de joyas debería comprar?

Lo mejor es utilizar acero quirúrgico al realizar la perforación. Es menos factible que provoque una reacción de cuerpo extraño, o una infección. Otra opción es utilizar otros metales como el oro (mínimo 18 kilates), el titanio, o el niobio. Todos estos son más costosos que el acero quirúrgico. Para gente extremadamente sensible a los metales, se pueden utilizar perforadoras de teflón o de nylon.

Busca un local que tenga una gran selección de joyas. Un local no debería recomendarte un cierto tipo de joyas solo por que es la única que tiene.

¿Porqué existen diferentes tipos de joyas?

- **Las barras**, utilizadas en algunas perforaciones, como las de la lengua, se miden a lo largo. Al realizar la perforación, se usara una barra más larga. Al cicatrizar la perforación, se utilizará una barra más corta.
- **Los aros (circulares)** se medirán por diámetro o espesor del aro.
- La palabra **“gauge”** se refiere al espesor del aro. A menor número de “gauge”, mayor espesor del aro. La APP recomienda no utilizar aros con “gauge” mayor a 14 por debajo del cuello. Esto se debe al mayor riesgo de realizar una reacción de cuerpo extraño, y a la posibilidad de que el aro corte la piel.

¿Cómo se realizan las perforaciones?

Un perforador experimentado utiliza una aguja hueca para crear un agujero al pasar la aguja a través de la parte del cuerpo que quieres perforar. Luego inserta la joya a través del agujero. Algunas veces puede haber un sangrado mínimo. No debes tomar aspirina ni ningún medicamento que contenga aspirina en la semana antes de realizar la perforación, dado que estos medicamentos pueden hacerte sangrar más de lo habitual. Recuerda que NUNCA debes utilizar las pistolas perforadoras, dado que pueden dañar los tejidos, y producir infecciones.

¿Cuánto cuesta realizarme una perforación?

Existen dos costos al realizar una perforación: el de la perforación en sí, y el de la joya. El de la perforación depende de que área del cuerpo te perfores. Las perforaciones en las orejas o la nariz, generalmente cuestan menos que las perforaciones en la lengua, los pezones, o los genitales. Las joyas de oro cuestan más que las de acero quirúrgico o las de otros metales. Debes recorrer diferentes locales y preguntar los precios antes de decidir en qué local realizarte la perforación.

¿Cómo debo higienizar mi nueva perforación?

Sigue los siguientes pasos para prevenir infecciones:

- 1.Lava tus manos con agua y jabón antes de tocar o limpiar el área perforada. No dejes que nadie la toque hasta que haya cicatrizado por completo.
- 2.Remueve la piel costrosa del área o de la joya con agua tibia.
- 3.Lava suavemente el área alrededor de la perforación con un jabón antiséptico (preferiblemente líquido).
- 4.Enjuaga suavemente el jabón y cualquier secreción costrosa.
- 5.Seca suavemente el área con una toalla de papel o servilleta blanca. (las toallas de tela pueden contener bacterias)
- 6.Realiza los pasos 1 a 5 dos veces por día hasta que la piel cicatrice. Lavar en exceso puede irritar la zona.

7.No utilices ungentos antibacterianos, dado que no permiten que el aire llegue a la perforación, y atrapan bacterias.

¿Cómo puedo prevenir las infecciones luego de la perforación?

Prevenir las infecciones no es difícil. No debería llevarte mucho tiempo tener la perforación limpia, y la buena noticia es que no deberás preocuparte por las complicaciones si la mantienes limpia.

- No utilices alcohol o agua oxigenada para limpiar el área. Ambos productos secarán tu piel. Otras soluciones, como la Betadina, pueden decolorar las joyas de oro. Enjuaga el área luego de hacer ejercicio, dado que el sudor puede irritar la perforación. No permitas que los fluidos corporales (ej. sudor, saliva, etc.) de otras personas entren en contacto con tu perforación. No practiques sexo oral por 4 a 6 semanas si te realizaste una perforación en la lengua, el labio, o el área genital.
- Mantén limpios los elementos que entren en contacto con el área perforada. (teléfono, espejos, etc) Cubre el lobulo de tu oreja si utilizas spray en el pelo, y trata de no utilizar maquillaje en áreas cercanas a la perforación.
- Usa ropa limpia y suave si eliges realizarte una perforación en el ombligo. Evita usar jeans porque pueden ser irritantes.
- No uses medias de lycra, cintos, ropa ajustada o mayas de baile mientras la perforación de tu ombligo está cicatrizando. Usa ropa suelta para permitir una adecuada aireación de la zona.
- Chequea tus joyas muchas veces al día para asegurarte de que ninguna parte de la misma esté suelta, especialmente si tienes una perforación en la lengua. Si una barra se suelta, puedes tragarla accidentalmente, o dañar un diente definitivo.
- No debes tomar baños de inmersión o nadar en piscinas públicas hasta que tu perforación haya cicatrizado por completo.
- Usa un enjuague bucal antiséptico (Listerine®, o Glyburide®), o solución salina luego de las comidas si tienes una perforación en la lengua o los labios.
- Visita a tu dentista para tus controles, y ante cualquier duda o problema que aparezca. Se ha demostrado en diferentes estudios que las personas con perforaciones en la boca tienen mayor riesgo de presentar lesiones en dientes y encías.
- Come alimentos sanos, ricos en vitaminas y minerales, que ayuden a tu cuerpo a cicatrizar adecuadamente.
 - Está alerta a signos de infección, que pueden incluir enrojecimiento, hinchazón, supuración, olor desagradable, sarpullido en el área perforada o alrededor de la misma, o fiebre.
 - Si crees que tu perforación se ha infectado, NO trates de manejarla solo/a. Consulta con tu médico.

Perforar tu cuerpo es una decisión importante. Luego de entender los riesgos que implica, esperamos que esta información te ayude a tomar la decisión más adecuada para tí. Si decides perforar tu cuerpo, esperamos que sigues la guía en esta carta informativa. Encuentra un local/perforador confiable, compra joyas adecuadas, mantén el área perforada limpia, no utilices materiales irritantes en la misma, y consulta a tu médico ante cualquier signo de infección!

**Escrito por Phaedra Thomas, R.N., BSN, Enfermera coordinadora del Centro de Recursos,
Traci Brooks, M.D., Estherann Grace, M.D., y Lara Hauslaib, B.A.**