

Cuidados Previo a la Aplicación de PRP(Plasma Rico en Plaquetas)

Evaluación médica completa: Antes de la aplicación de PRP, es fundamental una evaluación clínica. Se deben identificar posibles contraindicaciones como trastornos de sangrado, infecciones locales o enfermedades autoinmunes.

Suspensión de medicamentos anticoagulantes: Es NECESARIO suspender el uso de medicamentos que puedan aumentar el riesgo de sangrado (como aspirina, ibuprofeno, antiinflamatorios no esteroides, warfarina) al menos 7 días antes del procedimiento. Esto debe ser supervisado por el Dr. Hernández.

Ingesta de líquidos: Mantenerse bien hidratado el día anterior y el día de la aplicación puede facilitar la obtención de una buena muestra de sangre y mejorar la calidad del plasma, puede tomar solo agua, Te, SIN azúcar el día de su aplicación.

Ayuno: es necesario el ayuno de 6- 8 horas antes de la extracción de sangre.

Evitar alcohol y tabaco: Evitar el consumo de alcohol y tabaco al menos 48 horas antes del procedimiento, ya que pueden interferir con la capacidad de los tejidos para regenerarse.

Consulta sobre alergias o reacciones: Es importante informar sobre cualquier reacción alérgica a anestésicos o componentes sanguíneos.

El Procedimiento: ¿Qué Esperar Durante la Aplicación de PRP?

Extracción de sangre: Se extrae una pequeña cantidad de sangre del paciente (generalmente entre 30 y 60 ml, dependiendo del área a tratar).

Centrifugado: La sangre se centrifuga para separar las plaquetas de otras células sanguíneas (glóbulos rojos, glóbulos blancos). Esto produce el plasma rico en plaquetas, que será inyectado en el área tratada.

Aplicación del PRP: Bajo condiciones estériles, el plasma rico en plaquetas se inyecta en el área lesionada o afectada, lo que estimula la regeneración celular y la reparación de tejidos.

Cuidados Posteriores a la Aplicación de PRP

Reposo relativo: Aunque el PRP no requiere de una recuperación extensa, se recomienda evitar esfuerzos físicos intensos en las primeras 24 a 48 horas después del tratamiento. No realices ejercicios extenuantes ni actividades que puedan causar traumatismos en la zona tratada.

Evitar exposición al calor: No se debe exponer la zona tratada a calor excesivo (baños calientes, saunas, sol directo) en los primeros 3 a 5 días después del procedimiento, ya que esto puede incrementar la inflamación o afectar el proceso de curación.

Control del dolor e inflamación: Es normal que haya algo de dolor, hinchazón o enrojecimiento en el área tratada. Estos efectos son transitorios. El uso de compresas frías puede ayudar a reducir la inflamación. Evita tomar medicamentos antiinflamatorios no esteroideos no indicados por el dr Hernández (como ibuprofeno, ketorolaco, diclofenaco, paracetamol etc.) ya que pueden interferir con la acción de las plaquetas.

Evitar masajes o manipulaciones excesivas: No se debe masajear ni manipular la zona tratada para evitar que el PRP se disperse y para no interferir con el proceso de curación.

Hidratación y nutrición adecuada: Mantenerte bien hidratado y llevar una dieta equilibrada rica en nutrientes esenciales para la curación, como proteínas, vitaminas (especialmente vitamina C y D) y minerales, puede optimizar los resultados.

Cuidado de heridas o inyecciones: Si se aplicaron múltiples inyecciones, es posible que haya pequeñas marcas o hematomas. No toques o frotes la zona tratada y limpia la piel de manera suave con agua y jabón.

Evitar el uso de cosméticos y cremas: En la zona tratada, evita la aplicación de cremas, lociones o productos cosméticos por lo menos durante 48 horas tras el tratamiento.

Posibles Efectos Secundarios y Complicaciones

En general, el tratamiento con PRP tiene pocos efectos secundarios, pero algunas complicaciones pueden incluir:

Dolor e inflamación: Es común experimentar dolor leve a moderado, hinchazón y moretones en la zona tratada, los cuales generalmente desaparecen en pocos días.

Infección: Aunque la aplicación de PRP se realiza en condiciones estériles, siempre existe un riesgo mínimo de infección. Es importante mantener la zona limpia y seguir las indicaciones del médico.

Lesión nerviosa: En raros casos, si la aguja se introduce demasiado cerca de un nervio, puede haber una sensación de hormigueo o dolor prolongado.

Reacciones alérgicas: Aunque las reacciones alérgicas son muy raras debido a que el PRP es autólogo (proveniente del propio cuerpo), algunas personas pueden experimentar reacciones en la zona de inyección, como enrojecimiento o picazón.

Resultados incompletos o no satisfactorios: Algunas personas pueden no responder tan bien al tratamiento como otras. Es importante tener expectativas realistas y comprender que los resultados pueden variar según el tipo de lesión o afección y la respuesta individual al tratamiento, algo a considerar es que el **20%** de la población mundial **no** es reactiva a esta terapia.

¿Qué Resultados Esperar?

Tiempo de mejora: Los efectos del PRP suelen comenzar a ser visibles entre 2 y 6 semanas después del tratamiento, pero el proceso completo de regeneración celular puede continuar durante 3 a 6 meses.

Mejora de la función y reducción del dolor: La principal ventaja del PRP es la estimulación de la reparación de tejidos, lo que lleva a la mejora funcional y la reducción del dolor en la zona tratada.

Repetición del tratamiento: Dependiendo de la afección, es posible que se necesiten varios tratamientos para lograr resultados óptimos, generalmente cada semana en la mayoría de los casos se requieren 3 sesiones

Cómo Evitar Complicaciones

1. **Seguir las recomendaciones médicas al pie de la letra.**
2. **Evitar manipular la zona tratada o realizar esfuerzos excesivos.**
3. **Comunicarse con el asistente médico si experimentas dolor intenso, enrojecimiento o fiebre.**
4. **Realizar un seguimiento adecuado con el dr. Hernández para evaluar la evolución del tratamiento.**

En resumen, el PRP es un tratamiento generalmente seguro y eficaz para la regeneración de tejidos, pero como con cualquier procedimiento médico, es esencial seguir las recomendaciones tanto previas como posteriores al tratamiento para optimizar los resultados y minimizar los riesgos.