

# Réussir son tatouage dentelle sur l'épaule : le guide de préparation

---

## Préparation physique avant la séance

- Hydratez quotidiennement la zone de l'épaule avec une crème adaptée pendant les 7 à 10 jours précédant le rendez-vous (ne pas appliquer le jour même).
- Ne consommez ni alcool ni stupéfiants 24 à 48 heures avant la séance pour éviter de fluidifier le sang.
- Prenez un repas complet et équilibré avant de vous rendre au salon pour maintenir votre glycémie et éviter les malaises.
- Informez impérativement votre tatoueur de toute allergie ou traitement médicamenteux en cours, particulièrement si vous prenez des anticoagulants.

## Vérifications de sécurité au salon

- Assurez-vous que le salon dispose d'une déclaration d'activité auprès de l'ARS.
- Vérifiez que l'artiste utilise des encres conformes à la réglementation européenne REACH.
- Demandez à voir la procédure de stérilisation et exigez que l'aiguille soit ouverte sous vos yeux avant le début du tatouage.

## Soins et précautions après le tatouage

- Portez des vêtements amples et confortables pour éviter toute pression ou friction sur votre tatouage d'épaule.
- Évitez toute exposition au soleil ou en cabine UV pendant au moins 3 à 4 semaines.
- Suspendez les activités sportives intenses, la baignade (piscine, mer, jacuzzi) et le sauna durant les 15 jours suivant la séance.