

Cirugía del abdomen

La abdominoplastia es la operación consistente en la extirpación del exceso de piel y grasa abdominal y en la corrección de la flaccidez muscular. Esta situación de exceso de piel y relajación de la pared abdominal se suele dar en pacientes que han tenido aumento de peso y pérdida posterior o en mujeres que han tenido varios embarazos. La abdominoplastia consigue un abdomen más plano, más firme y una cintura más estrecha.

La intervención se realiza bajo anestesia general,

Después de la operación el paciente llevará una faja especial, reforzada con un vendaje, según cada caso individual. Las cicatrices alrededor del ombligo y en el abdomen inferior irán mejorando con el transcurso del tiempo

Planificando la cirugía

En la consulta inicial, el cirujano plástico evaluará su estado de salud, determinará la extensión de la acumulación de grasa en la región del abdomen y el tono de la piel. Debe exponer sus expectativas de manera sincera y franca, para que el cirujano plástico sea también franco y le muestre las alternativas disponibles para su problema, con los riesgos y limitaciones de cada una de ellas. Si por ejemplo usted sólo tiene acumulación de grasa en la zona debajo del ombligo, puede ser suficiente la realización de un procedimiento menos complejo denominado mini-abdominoplastia, que precisa una estancia menor en la clínica y se realiza en menos tiempo. En otros casos, ya se vaya a realizar una abdominoplastia completa o una mini-abdominoplastia, puede asociarse una liposucción de las caderas que mejore la silueta corporal de manera más armónica. En cualquier caso el cirujano plástico y usted, determinarán conjuntamente cuál es el procedimiento óptimo que le proporcione una silueta corporal más adecuada. Durante la consulta, el cirujano plástico también le explicará cuál es el tipo de anestesia que utilizará.

La abdominoplastia y la mini-abdominoplastia se realiza siempre en quirófano, dentro de una clínica u hospital. Son procedimientos que no deben realizarse la consulta. La liposucción también debe realizarse en quirófano, bajo condiciones estrictas de asepsia.

Qué tipo de anestesia se emplea?

El tipo de anestesia más empleado para realizar una abdominoplastia es la anestesia general, durante la cual estará dormido hasta que finalice la cirugía. En algunos casos, sobre todo en la mini-abdominoplastia y en la liposucción abdominal se puede emplear anestesia local más sedación, de manera que durante la cirugía usted estará despierto pero relajado, y la región del abdomen queda insensible al dolor

La musculatura y tejidos de la pared abdominal son aproximados para conseguir una cintura más estrecha y larga.

¿En qué consiste la cirugía?

Una abdominoplastia completa suele durar entre 2 y 4 horas, dependiendo de la cantidad de corrección necesaria. Una mini-abdominoplastia suele durar entre 1 y 2 horas.

En la mini-abdominoplastia se emplea una incisión mucho más pequeña, también encima del pubis, no siendo necesaria la incisión alrededor del ombligo, que en algunos casos puede ser descendido al estirar la piel.

Después de una abdominoplastia: el abdomen es más plano y estrecho. Las cicatrices, aunque definitivas, se hacen menos visibles con el tiempo.

Después de la cirugía (post-operatorio)

Durante los primeros días el abdomen suele estar algo inflamado y pueden notarse algunas molestias o dolor que se controla con medicación. Dependiendo de la extensión de la cirugía, se podrá marchar a casa al cabo de unas horas o permanecerá 2 ó 3 días en la clínica. Su cirujano plástico le dará instrucciones para ducharse y cambiarse los vendajes. A pesar de que al principio no deba estirarse del todo, deberá comenzar a caminar tan pronto como sea posible. Los puntos de la piel externos serán retirados entre los 5 y 7 días; los puntos internos, cuyos extremos salen por los extremos de la incisión, en 2 ó 3 semanas. El vendaje se sustituirá por una faja abdominal.

La vuelta a la normalidad

Puede llevar de unas semanas a unos pocos meses el volver a sentirse como

antes. Si su estado físico previo a la cirugía es bueno, incluyendo una musculatura abdominal fuerte, la recuperación después de la abdominoplastia será más rápida. Algunas personas vuelven a su trabajo en unas 2 semanas, mientras que otras precisan 3 ó 4 semanas de reposo y recuperación. El ejercicio físico ayuda a recuperarse antes. Incluso la gente que no practica deporte antes de la cirugía debe realizar un programa de ejercicios para reducir la inflamación, disminuir la posibilidad de formación de trombos venosos y tonificar los músculos. No obstante, los ejercicios fuertes deben evitarse hasta que uno se sienta cómodo. Las cicatrices pueden den dar el aspecto de empeorar durante los primeros 3 a 6 meses mientras están en periodo de curación; esto es normal. Hay que esperar entre 9 meses y 1 año para que la cicatriz se aplane y aclare. A pesar de que las cicatrices no desaparecerán nunca, estas no serán visibles, incluso cuando se lleve bikini o bañador.

Los resultados

La abdominoplastia, ya sea completa o mini-abdominoplastia, proporciona resultados excelentes en pacientes cuyos músculos abdominales están debilitados y poseen un exceso de piel y grasa. En la mayoría de los casos los resultados son definitivos, siempre y cuando se acompañe de una dieta equilibrada y ejercicio periódico. Si usted es realista en sus expectativas y es capaz de tolerar la presencia de una cicatriz abdominal definitiva, aunque disimulable, y un periodo de recuperación largo, la abdominoplastia puede ser adecuada para usted.