

CIRUGÍA DEL ABDOMEN

ABDOMINOPLASTIA



Torre Médica Las Américas

Diagonal 75 B No. 02 - 80 Cons.: 523

Teléfono: 345 91 88 Fax: 341 70 45

Celular: (310) 396 46 94

www.esteticajohnvalencia.com

E-mail: Valenciaplast@gmail.com

Medellín - Colombia



John Jairo Valencia

CIRUJANO PLÁSTICO

ABDOMINOPLASTIA

Un abdomen plano es importante para lucir en buena figura. Una dieta saludable y una actividad física regular no son suficientes para eliminar las acumulaciones de grasa y la piel péndula y floja del área abdominal. Si usted está preocupada (o) por estos problemas de apariencia, la abdominoplastia puede ser la opción indicada para su caso.

La abdominoplastia está diseñada para afirmar y suavizar el abdomen. Este procedimiento estético remueve el exceso de piel y grasa de su pared abdominal y cuando el caso lo amerita, permite además, tensionar los músculos que acá se localizan. El resultado es un perfil abdominal más plano y firme.

En este folleto encontrará información básica sobre este procedimiento quirúrgico. Sin embargo, la mejor manera para encontrar las respuestas completas a preguntas específicas, relacionadas con sus necesidades individuales, es consultando con un Cirujano Plástico calificado.

¿Es la abdominoplastia la solución a mi caso?

La abdominoplastia está mejor indicada para aquellas mujeres y hombres que están en una forma relativamente buena, pero que tienen una piel abdominal floja o laxa y/o una cantidad significativa de grasa abdominal que no ha respondido a dieta o ejercicio.

Usted puede ser buena candidata (o) para la abdominoplastia si tiene una o más de las siguientes condiciones:

- ◊ Piel abdominal colgante, floja y laxa.
- ◊ Un abdomen que protruye y que no está en proporción con el resto de su cuerpo.
- ◊ Músculos abdominales débiles o hipotróficos como consecuencia del embarazo o de la edad.
- ◊ Exceso de grasa por debajo de la piel abdominal.

Si usted planea embarazarse o perder una significativa cantidad de peso, es recomendable que discuta esto con su cirujano. Las cicatrices de cirugías previas pueden limitar el resultado de una abdominoplastia. No obstante, en muchos casos una cicatriz existente puede usarse para una nueva incisión; como es el caso de las mujeres con cicatrices de cesárea. Las cicatrices verticales por debajo del ombligo pueden desaparecer gracias a la abdominoplastia.

¿Qué debo esperar de la consulta?

La consulta con el Cirujano Plástico es el primer paso para todo paciente que esté considerando la abdominoplastia. Durante esta reunión, el cirujano valorará su condición física y emocional y discutirá sus expectativas estéticas específicas para la cirugía.

Al llegar a la consulta usted debe estar preparada (o) para suministrar información sobre lo siguiente:

- ◊ Procedimientos quirúrgicos previos.
- ◊ Estado de salud pasada y presente.
- ◊ Medicamentos que usted toma, incluyendo medicamentos naturales o suplementos nutricionales.

Al examinar su abdomen, su cirujano plástico evaluará:

- ◊ La calidad de su piel abdominal.
- ◊ Localización de cicatrices existentes.
- ◊ Cantidad y localización de los depósitos grasos.
- ◊ El estado de los músculos subyacentes.

Su caso específico puede requerir otras intervenciones además de la abdominoplastia. Por ejemplo, algunas (os) pacientes tendrán buenos resultados solo con la liposucción, otras (os) requerirán liposucción y abdominoplastia.

¿Cómo se realiza la Abdominoplastia?

Generalmente, se realiza una incisión horizontal por encima de la región púbica. La longitud de la incisión, que se extiende hacia los huesos de la cadera, dependerá especialmente de la cantidad de piel que se va a remover. En otras palabras, mientras más laxa y colgante sea la piel, más grande será la incisión. En las mujeres, los cirujanos plásticos ocultan la incisión en la zona del bikini siempre y cuando sea posible hacerlo. A través de esta incisión, su cirujano puede apretar los músculos subyacentes juntándolos en la línea media, manteniéndolos en ese lugar. Cualquier exceso de piel del abdomen inferior será removido. Las cicatrices y las estrías de esta localización, pueden también

ser removidas, obteniendo un beneficio adicional.

En pacientes con exceso considerable de piel, puede ser necesaria una segunda incisión alrededor del ombligo. Así, el exceso de piel que hay por encima de éste puede ser separada de los tejidos profundos; permitiendo que más piel sea movilizadada hacia abajo y removida. Aunque la posición del ombligo no cambia, su forma si puede variar ligeramente.

¿ Hay otras opciones?

La abdominoplastia tradicional no es la mejor opción para todos. Su cirujano le recomendará si alguna de las otras opciones estará mejor indicada para su anatomía o situación específica, obteniendo así, las metas estéticas deseadas.

Miniabdominoplastia

Esta cirugía será de beneficio si su insatisfacción principal es el aspecto de su abdomen por debajo del ombligo. Una miniabdominoplastia requiere solo una corta incisión horizontal y no se necesita la incisión alrededor del ombligo.

Es importante resaltar, sin embargo, que la miniabdominoplastia no corregirá la laxitud cutánea por arriba del ombligo. No obstante puede realizarse una liposucción en la parte superior.

Liposucción: Si usted tiene una piel con buena elasticidad y una musculatura

a) La incisión para la abdominoplastia se realiza en la región suprapúbica.

En pacientes con piel laxa en exceso será necesaria una segunda incisión alrededor del ombligo.



b) Luego de algunos meses las cicatrices se irán atenuando, y usted apreciará mejor el resultado de la cirugía.

tonificada, la liposucción puede ser usada para remover la grasa abdominal. Esta alternativa puede ser ideal para aquellas pacientes que planean embarazos futuros.

¿Es la abdominoplastia una cirugía segura?

Cada año miles de personas en el mundo son sometidas a esta intervención, sin experimentar mayores complicaciones. Sin embargo, la abdominoplastia es un procedimiento extenso y es conveniente que usted esté bien informada (o) de sus riesgos y beneficios. Una de las partes fundamentales de su consulta, es la discusión que usted tenga con su cirujano acerca de las posibles complicaciones. Además de escuchar cuidadosamente lo que su cirujano le dice, esté segura (o) de aclarar las dudas que tenga acerca de la cirugía.

Recuerde que si usted sigue cuidadosamente las recomendaciones del cirujano, antes y después de la cirugía, usted hará mucho para minimizar los riesgos.

¿Cómo me preparo para la cirugía?

Cuando la fecha de la cirugía ha sido definida, su cirujano le dará una serie de instrucciones para los días anteriores y posteriores a ella. Incluirá sugerencias como:

- ◊ Evitar ciertos medicamentos que pueden complicar la cirugía o su recuperación.
- ◊ Suspender el hábito del cigarrillo por un período de tiempo antes y después de la cirugía.
- ◊ Contar con una persona de su confianza para que le ayude en el post-operatoto inmediato.

La abdominoplastia se puede realizar en un hospital o en un centro de cirugía ambulatoria. De común acuerdo con su cirujano, se planeará la conveniencia de pasar en el hospital la primera noche post-operatoria.

Normalmente la cirugía se realiza bajo anestesia general y las inquietudes acerca de ésta, se discuten con el anesthesiólogo en la evaluación preanestésica.

¿Cómo luciré y cómo me sentiré después de la cirugía?

Cuando la cirugía ha finalizado usted será llevada (o) al área de recuperación. En muchos casos, usted tendrá pequeños tubos de drenaje por debajo de la piel para prevenir la acumulación de líquidos (hematomas y seromas) y cualquier malestar que usted sienta puede ser controlado con drogas prescritas por su cirujano. Normalmente usted llevará una faja que le será puesta por las enfermeras, después de la cirugía. Aunque es posible que usted no pueda permanecer de pie, se le aconseja dejar la cama tan pronto como le sea posible para promover la circulación de la sangre y prevenir algunas complicaciones que ocurren por permanecer demasiado en cama. En la fase temprana de la cicatrización debe evitar estirarse y doblarse. Es aconsejable dormir de espalda con una almohada bajo las rodillas, para que éstas estén un poco flexionadas y disminuya la tensión en el abdomen.

Aunque la recuperación sigue una secuencia diferente en cada persona, es de esperarse que con usted ocurra lo siguiente:

Primera Semana

- ◊ Se retirarán los tubos de drenaje.
- ◊ Las suturas se dejarán al menos por diez (10) días. Es posible utilizar material de sutura que no se retira.
- ◊ El edema y los morados alcanzarán su máxima intensidad.

Luego de varias semanas

- ◊ Usted podrá dejar de usar el soporte elástico o faja luego de 8 a 12 semanas.
- ◊ Podrá incrementar gradualmente su actividad física.
- ◊ Después de dos semanas podrá retornar al trabajo siempre y cuando éste no sea físicamente muy exigente.
- ◊ Los moretones y el edema (hinchazón) continuarán cediendo y usted podrá apreciar parcialmente los resultados.

Después de unos meses

- ◊ Apreciará el resultado final de su cirugía.
- ◊ La sensación de adormecimiento y anestesia de la piel irán desapareciendo. La línea de la cicatriz se irá atenuando y el color rojo alrededor de ella, irá palideciendo, hasta desaparecer. Siempre habrá cicatriz (la maduración completa de ella puede tomar un año o más), pero cada vez será menos notoria.
- ◊ Es importante evitar la exposición directa al sol sin protección e igualmente evitar la

ropa negra o de colores oscuros cuando se está por fuera de casa. El calor absorbido por éstos puede quemar su piel y complicar su recuperación.

¿Qué debo saber acerca de los resultados?

Poco después de la cirugía se hará notable la diferencia en la forma de su cuerpo. Muchos notarán que su abdomen es más plano y firme y usted se sentirá más a gusto incluso porque la ropa lucirá mejor en su cuerpo y usted se sentirá más comfortable.

La abdominoplastia produce resultados de larga duración. A menos que usted gane o pierda una cantidad significativa de peso, podrá mantener los resultados por muchos años. Con el paso del tiempo, el embarazo y la edad pueden hacer que su piel se afloje un poco. Si esto ocurre, su Cirujano Plástico podrá sugerir tratamientos adicionales para restablecer un contorno abdominal más juvenil.

¿Por cuánto tiempo debo ver a mi Cirujano Plástico?

Después del período de curación inicial, usted deberá retornar al consultorio del cirujano para una revisión que permita evaluar el estado de curación y el progreso de los logros obtenidos con la intervención. En los meses siguientes, su cirujano le citará para chequeos periódicos. Es importante cumplir estos requerimientos para que su cirujano pueda estar al tanto del proceso y pueda al mismo tiempo resolver sus inquietudes.