

Abdominoplastia, la cirugía que permite lucir un vientre plano y firme

La abdominoplastia es un procedimiento quirúrgico en el que se corrigen los defectos del abdomen, tanto en la piel, como en la grasa y la musculatura, consiguiendo un vientre plano y firme y una cintura más estrecha. Está especialmente indicado en personas que han perdido peso de forma brusca. Es un procedimiento para pacientes sanos con expectativas realistas ya que no sirve para adelgazar.

La Dra. Cristina Brasó, del servicio de Cirugía Plástica y Estética del Hospital Universitari General de Catalunya apunta que "la abdominoplastia, también conocida como lipectomía abdominal, consiste en la extirpación del exceso de piel y grasa abdominal y en la corrección de la flaccidez muscular. Esta eliminación junto al refuerzo de la musculatura abdominal hace desaparecer lo que coloquialmente conocemos como "tripa".

Para la cirujana plástico "las candidatas ideales son aquellas mujeres que tienen una buena silueta, que están preocupadas por la acumulación de grasa o por el exceso de piel en el abdomen y que no consiguen mejorar la figura pese a hacer dieta y realizar ejercicio físico. Esta cirugía es especialmente útil en mujeres que han tenido varios embarazos".

Se realizan 2 incisiones, una justo por encima del área púbica de cadera a cadera y otra alrededor del ombligo. A continuación, separan la piel de los tejidos, tensan los músculos abdominales con suturas y eliminan el exceso de piel y grasa. Finalmente, cierran la incisión. Si la paciente solo tiene acumulación de grasa en la zona debajo del ombligo, puede ser suficiente un procedimiento menos complejo denominado mini-abdominoplastia. La abdominoplastia y la mini-abdominoplastia se realizan siempre en los quirófanos del Hospital Universitari General de Catalunya bajo anestesia general, a cargo del Dr. Juan Bernardo Schuitemaker, y requieren una noche de ingreso. Una abdominoplastia completa suele durar entre 2 y 4 horas y una mini-abdominoplastia, entre 1 y 2 horas.

El Dr. Schuitemaker además de la anestesia general, realiza un bloqueo nervioso único guiado por ecografía de alta resolución para minimizar el dolor postoperatorio. El objetivo de esta técnica es anular los receptores del dolor procedente de un punto específico para bloquear la sensación de dolor transmitida al cerebro. El bloqueo favorece que durante el postoperatorio el dolor disminuya o sea prácticamente inexistente "una persona no puede extrañar lo que no conoce. Si el cuerpo no conoció un estímulo doloroso durante la cirugía, el postoperatorio será mucho más agradable", manifiesta El Dr. Schuitemaker. Este bloqueo es temporal y el efecto es inmediato tras la dispensación del fármaco.

La Dra. Brasó explica que "la cirugía de abdomen ya sea completa o mini, proporciona unos resultados excelentes. En la mayoría de los casos los resultados son definitivos, siempre y cuando se acompañen de una dieta equilibrada y ejercicio periódico. Las cicatrices no serán visibles, incluso con bikini".

Abdominoplastia, la cirugía que permite lucir un vientre plano y firme

En el postoperatorio, durante los primeros días, el abdomen suele estar algo inflamado y se pueden notar algunas molestias o dolor. Los puntos de la piel externos serán retirados entre los 5 y 7 días. Al salir del quirófano, la paciente irá con la faja abdominal que deberá llevar durante el primer mes. Volverá a sentirse como antes al cabo de unas semanas. Si el estado físico previo a la cirugía es bueno, la recuperación será más rápida y la paciente podrá recuperarse definitivamente entre 2 y 4 semanas. El ejercicio físico ayuda a recuperarse antes.

Es recomendable que todos los pacientes que vayan a someterse a esta intervención quirúrgica atiendan a las siguientes consideraciones:

- Evitar o reducir drásticamente el consumo de tabaco
- Procurar mantener el mismo peso durante los seis meses anteriores a la intervención
- Realizarse una revisión completa antes de la operación para descartar problemas que puedan dificultar la intervención
- Mantener una buena hidratación de la piel del abdomen
- Al menos 10 días antes de la intervención, no tomar medicamentos ni alimentos que puedan alterar la coagulación sanguínea

Tras la intervención:

- Utilice la faja para proteger el abdomen al menos durante un mes
- Tome la medicación que le prescriba su cirujano
- Durante los primeros días, camine encorvado para reducir la tensión en la cicatriz
- Evite las fluctuaciones de peso
- Mantenga la piel del abdomen hidratada
- A partir del mes de la intervención realice ejercicio periódicamente para fortalecer la zona