

Abdominoplastia

Introducción

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 o con un bloqueo (como el de las cesáreas y partos), practicándose una incisión por encima del vello pubiano que se prolonga hacia las caderas. Se libera la piel del abdomen y, si es preciso, se refuerzan con suturas los músculos abdominales. Se tracciona hacia abajo la piel sobrante y se extirpa.

Después de la operación el paciente llevará una faja especial, reforzada con un vendaje, según cada caso individual. Generalmente por semanas día y noche y posteriormente 3 semanas de día. Las cicatrices alrededor del ombligo y en el abdomen inferior irán mejorando con el transcurso del tiempo. No obstante, en algunos casos es preciso realizar una revisión cicatricial con anestesia local. Más que en ninguna otra intervención de Cirugía Estética vale la frase: "el cirujano hace la sutura y el paciente la cicatriz". a veces se puede utilizar láser para mejorar la cicatriz, o un apósito de gel de silicón.

¿Qué es la abdominoplastia?

La abdominoplastia es un procedimiento quirúrgico mayor cuya finalidad es extirpar el exceso de piel y grasa de la parte media y baja del abdomen y reforzar la musculatura de la pared abdominal. Este procedimiento puede reducir drásticamente el aspecto abombado del abdomen (coloquialmente conocido como "panza"). A cambio, deja una cicatriz permanente que, dependiendo de la extensión del problema original y de la cirugía requerida para corregirlo, puede ser más o menos larga. Si usted está considerando la posibilidad de someterse a una abdominoplastia, obtendrá en su primer consulta información básica acerca de la cirugía, cuándo está indicada, cómo se realiza y qué resultados se pueden esperar.



Se coloca sobre el área púbica para permitir extirpar el exceso de piel y grasa.

¿Quién es el candidato ideal para someterse a una abdominoplastia?

Los candidatos ideales para someterse a una abdominoplastia son aquellas mujeres u hombres que tienen una silueta relativamente buena pero que están preocupados por la acumulación de grasa o por el exceso de piel en el abdomen y que no mejora a pesar de la dieta o el ejercicio físico, también elimina todas las estrias ubicadas del ombligo a área púbica. Esta cirugía es especialmente útil en mujeres que han tenido varios embarazos, tras los cuales la piel y músculos abdominales se han relajado y no han recuperado su tono inicial. También puede mejorar la pérdida de elasticidad de la piel en gente mayor, situación frecuentemente asociada a una obesidad moderada. Aquellos pacientes que deban perder mucho peso deben posponer la cirugía, al igual que las pacientes que pretendan tener futuros embarazos, ya que durante la cirugía se tensan los músculos verticales (rectos) del abdomen y pueden volver a relajarse en el transcurso de éste. Si existen cicatrices previas en el abdomen, las cicatrices pueden cambiar de posición. En otros casos, esta cirugía consigue eliminarlas.

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. No olvide mencionar si es fumador, está tomando algún medicamento o vitaminas. Debe exponer sus expectativas de manera sincera y franca, para que el Dr. Cervantes 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 el hospital 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. Algunos casos,

incluso, pueden resolverse únicamente realizando liposucción del abdomen. En cualquier caso el Dr. Cervantes junto con usted, determinará cuál es el procedimiento óptimo que le proporcione una silueta corporal más adecuada. Durante la consulta, el Dr. Cervantes también le explicará cuál es el tipo de anestesia que empleará. La abdominoplastia, no está incluido en el catálogo de gastos médicos de las aseguradoras.

¿Dónde se realiza la cirugía?

La abdominoplastia y la mini-abdominoplastia se realizan siempre en quirófano, dentro de un hospital. Son procedimientos que no deben realizarse la consulta o en clínicas sin adecuado control de limpieza de sus quirófanos, tampoco en hospitalitos con dudosa calidad y control de su limpieza. La liposucción también debe realizarse en quirófano, bajo condiciones estrictas de asepsia.

Qué tipo de anestesia se emplea?

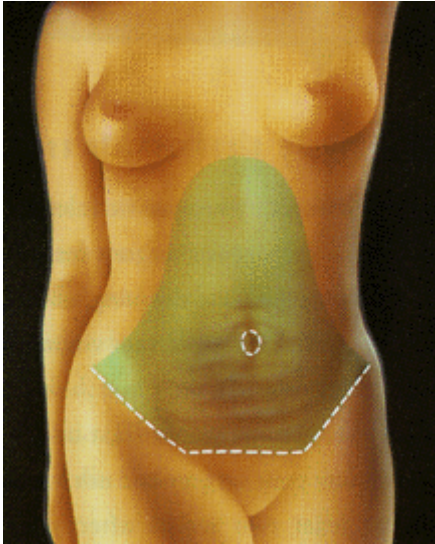
El tipo de anestesia más empleado para realizar una abdominoplastia es el bloqueo a veces con anestesia general, pero aun con bloqueo estará sedado (dormido) hasta que finalice la cirugía. En algunos casos, sobre todo en la mini-abdominoplastia y en la liposucción abdominal se puede emplear anestesia local más sedación, de manera que durante la cirugía usted estará despierto, pero relajado, y sin ninguna molestia.

¿En qué consiste la cirugía?

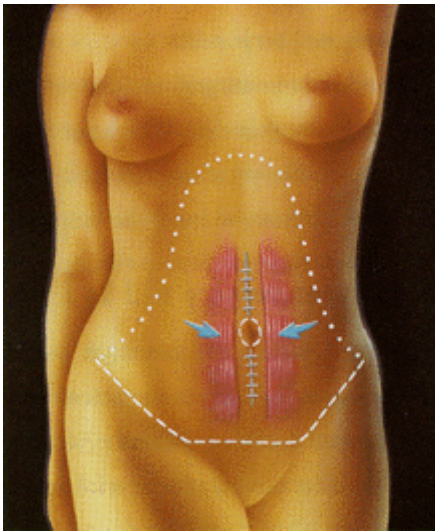
Una abdominoplastia completa suele durar entre 2 y 4 horas, dependiendo de la cantidad de corrección necesaria. Una mini-abdominoplastia suele durar entre 1 y 2 horas. La abdominoplastia se realiza a través de una incisión larga de una cadera a la otra, justo encima del pubis. Se realiza una segunda incisión alrededor del ombligo, para poder separarlo de los tejidos de alrededor.

En la mini-abdominoplastia se emplea una incisión mucho más pequeña, también encima del pubis, no siendo necesaria la incisión alrededor del ombligo.

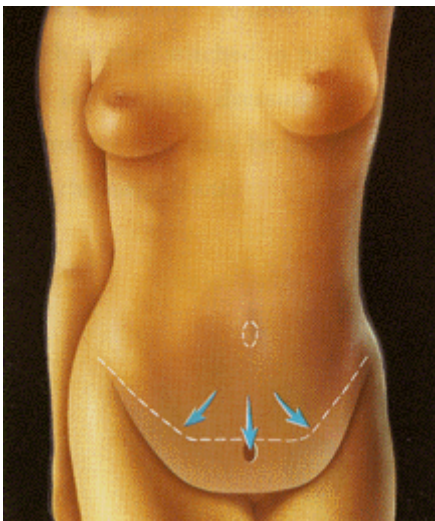
A continuación, se separa la piel de la pared abdominal hacia arriba hasta alcanzar las costillas, exponiendo los músculos abdominales. Estos músculos son tensados y unidos en la línea media, proporcionando así una pared abdominal firme y una cintura más estrecha. La piel separada es estirada en dirección al pubis y la piel sobrante extirpada; el ombligo se coloca en su nueva posición. Finalmente se realizan las suturas y se coloca un vendaje y un tubo de drenaje temporal para eliminar el exceso de fluidos que pueda acumularse en la zona intervenida. En la mini-abdominoplastia, la piel se separa solo entre la incisión y el ombligo, se extirpa la piel sobrante y se realizan las suturas.



La piel es separada de la pared abdominal, hasta las costillas.



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



El exceso de piel es extirpado; en las abdominoplastias completas el ombligo es recolocado.

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 los analgésicos. Dependiendo de la extensión de la cirugía, se podrá marchar a casa al cabo de unas horas o permanecerá 1 día en el hospital. El Dr. Cervantes le dará instrucciones para ducharse y cambiarse la faja. 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. Saldrá de quirófano con una faja abdominal, la cual durará 3 semanas día y noche, posteriormente sólo de día.

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, y tonificar los músculos. No obstante, los ejercicios fuertes deben evitarse hasta que uno se sienta cómodo. Las cicatrices pueden 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.

Para que la cicatriz se desvanezca más rápidamente se puede llegar a utilizar láser o gel de silicón.

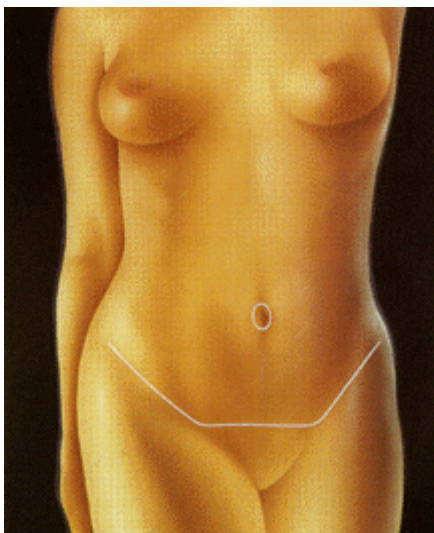
¿Existen riesgos? ¿Hay garantías?

Todos los años se realizan cientos de abdominoplastias con éxito. Los resultados suelen ser muy buenos. Sin embargo, siempre que se realiza una cirugía existen riesgos, al igual que complicaciones relacionadas con este procedimiento en concreto. Las complicaciones tras la cirugía, como la infección o los trombos venosos pueden ocurrir, pero son muy raros. La infección se resuelve con antibióticos y drenaje. Los trombos venosos se previenen moviendo las piernas y levantándose tan pronto como lo permita la cirugía. Una mala cicatrización puede producir una cicatriz de mala calidad que, a veces, precisará un retoque de la cicatriz o uso de láser. Los fumadores deben dejar de fumar unas semanas antes de la cirugía y deben ser advertidos de que el tabaco aumenta la posibilidad de complicaciones y retrasa la cicatrización. Se puede reducir el riesgo de que surjan complicaciones siguiendo cuidadosamente las instrucciones antes y después de la cirugía, es especial aquellas que se refieren a cuándo reanudar la actividad física.

Como posibles, aunque raras complicaciones, cabe mencionar la pérdida de vitalidad (necrosis) de la piel situada por encima del pubis que puede requerir un tratamiento postoperatorio más prolongado. Igualmente pueden aparecer seromas y/o hematomas que requieran evacuación.

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.



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

Cirugía de las cicatrices abdominales

En ocasiones, existen cicatrices antiestéticas en la región abdominal, casi siempre debidas a intervenciones quirúrgicas previas sobre la cavidad abdominal. A pesar de que no existen medios para hacer desaparecer completamente una cicatriz, sí se puede mejorar su aspecto mediante una nueva intervención en la que se extirpa la cicatriz y se vuelve a suturar en condiciones óptimas, o bien se puede utilizar láser o gel de silicón sobre las mismas, muy rara vez inyecciones. Estas intervenciones se realizan casi siempre bajo anestesia local con o sin sedación; no suelen precisar ingreso hospitalario. La duración del procedimiento suele ser de 1 hora. La recuperación es rápida.

La información contenida en esta página en ningún caso puede, ni pretende, sustituir la información proporcionada individualmente en la Consulta, ya que cada caso es único e irrepetible. Sólo es una guía informativa general.