

## ¿Cómo se realiza una abdominoplastia?

Generalmente se realiza una incisión justamente en la parte superior de la zona púbica. La longitud de la incisión, la cual se extiende hacia las zonas laterales de la cadera, depende mucho de la cantidad de piel a extirpar. En otras palabras, cuanto más flácida sea la piel a extirpar, más larga será la incisión. En el caso de las mujeres, se hace la incisión en la ingle, siempre que sea posible. Trabajando a través de esta incisión, el cirujano podrá apretar los músculos del fondo estirándolos y cosiéndolos.

Se recorta el exceso de piel de la parte baja del abdomen. La piel que contiene estrías también puede ser extirpada, pero es posible que no se pueda extirpar del todo.

En pacientes con mucha cantidad de piel flácida, se puede hacer una segunda incisión a través del ombligo. El exceso de la piel que queda encima del ombligo es separada de los tejidos profundos, por lo tanto puede ser estirada hacia abajo y extirpada. Aunque la posición del ombligo no varía, éste quedará levemente modificado.

## ¿Hay otras opciones?

La abdominoplastia no es la mejor elección para todo el mundo. Su cirujano le aconsejará acerca de si existe alguna otra opción que sea más conveniente teniendo en cuenta su anatomía y encontrará sus objetivos quirúrgicos.

**La miniabdominoplastia:** Este procedimiento puede beneficiarle si usted está insatisfecho o insatisfecha con la apariencia de su área abdominal que queda por debajo del ombligo. Esta técnica quirúrgica sólo requiere una pequeña incisión horizontal y no una incisión en el ombligo.

Es importante tener en cuenta que la miniabdominoplastia no corrige la piel flácida que se encuentra encima del ombligo.

## ¿Qué hay que saber acerca de la abdominoplastia?

Cada año miles de personas se someten a esta intervención sin sufrir grandes complicaciones. A pesar de todo es esencial estar informado tanto sobre los riesgos como sobre los beneficios que conlleva esta intervención. Una de las partes más importantes del proceso previo a la intervención es el diálogo que usted establezca con su cirujano acerca de las posibles complicaciones de la abdominoplastia. Deberá escuchar muy atentamente, asegurándose de que lo ha entendido todo.

Su cirujano le explicará todos los pasos que se deben seguir antes y después de la intervención.

## ¿Que puedo hacer para prepararme para la operación?

Cuando la fecha de la intervención ya se haya fijado, el cirujano debe darle instrucciones específicas para los días inmediatos y posteriores a la intervención.

Debe tener en cuenta lo siguiente y seguir las recomendaciones adecuadas:

- Evite ciertas medicaciones que puedan complicar la intervención.
- Deje de fumar durante un periodo de tiempo, antes y después de la intervención.
- Necesitará ayuda y cuidados especiales después de la intervención.

## ¿Cómo será atendido/a el día de mi intervención?

La abdominoplastia debe ser practicada en un hospital o en una clínica y la estancia necesaria será de 2 días.

Se le administrará una determinada medicación para evitarle cualquier molestia o inconveniente durante el proceso de la operación. Normalmente se utiliza anestesia general, por lo tanto, usted estará dormida o dormido durante todo el procedimiento quirúrgico. También puede aplicarse anestesia local con sedación de forma endovenosa.

## ¿Cómo quedará y cómo me sentiré después de la intervención?

Cuando la intervención haya terminado, el paciente será llevado al área de recuperación. En muchos casos, unos pequeños tubos de drenaje le serán introducidos debajo de la piel para ayudar a prevenir la acumulación de líquidos. Cualquier malestar que padezca puede ser controlado con la medicación prescrita por su cirujano. Los vendajes deben estar adheridos al abdomen y han de ser cubiertos con una venda elástica.

Aunque al principio no se vea capaz de levantarse, deberá ponerse en pie pronto para que circule la sangre. En esta primera fase curativa deben evitarse los movimientos bruscos. Su cirujano le debe indicar cuál es la mejor posición para dormir, la cual consiste, en este caso, en dormir tumbado cara arriba y con las rodillas en alto.

Aunque cada paciente tiene sus propias particularidades, el curso postoperatorio contiene unas fases comunes a todos los pacientes:

### **Durante la primera semana**

- Se le sacarán los tubos de drenaje y los puntos.
- Los morados y las hinchazones alcanzarán su momento más álgido.

### **Después de varias semanas**

- Ya no necesitará llevar la faja por más tiempo.
- Podrá, incrementar, gradualmente, su actividad diaria y el ejercicio.
- Podrá reanudar su actividad laboral (dentro de las 3 primeras semanas).
- Los morados e hinchazones empezarán a desaparecer y usted empezará a ver resultados.

### **Después de varios meses**

- Su figura se acercará cada día más al resultado final.
- La sensación de tumefacción y de tirantez desaparecerá. La línea de incisión empezará a coger de nuevo su color, aunque el color definitivo no aparecerá hasta un año después de la intervención o incluso puede tardar más tiempo.
- En los meses siguientes a la intervención es importantísimo tratar su piel con extremo cuidado, esto significa no exponer la piel al sol y no llevar ropa de color negro en la calle. El color negro absorbe el calor en la ropa y puede ser que la parte operada resulte quemada a causa de éste y se complique la recuperación.

## ¿Qué debo saber acerca de los resultados?

Bastante pronto después de la intervención notará una importante diferencia en la forma de su cuerpo. Las pacientes se encuentran muy satisfechas al comprobar que su abdomen es más firme y plano, y esto hace que se sientan más cómodas vistiendo.

La línea de incisión, a medida que vaya transcurriendo el tiempo, desaparecerá, pero es importante darse cuenta de que la cicatriz será permanentemente visible.

Los resultados de la abdominoplastia son muy duraderos; a menos que gane o pierda una cantidad grande de peso, puede contar con su nueva figura para muchos años. El paso del tiempo puede hacer que su piel pierda rigidez. Si esto ocurre, su cirujano le puede sugerir un tratamiento adicional para restaurar su contorno abdominal.

## ¿Cuánto tiempo debo seguir viendo a mi cirujano plástico?

Después de la intervención deberá visitar a su médico para el postoperatorio, de esta manera podrá valorarse el seguimiento de la evolución de su operación. Durante los meses siguientes, su cirujano le hará volver para hacerle algunos chequeos. Es importante hacerlo, porque el médico le podrá ir aconsejando, a medida que vaya observando el proceso de la curación.

## Elegir a un buen cirujano

Uno de los factores más importantes del éxito del resultado de la operación es el cirujano que usted ha elegido para que lleve a cabo la intervención. Parece difícil de creer, pero muchos de los médicos que visitan no tienen la suficiente práctica en el tema.

