

La cirugía plástica nunca substituirá a la vida sana, al ejercicio regular, y una alimentación de calidad, sin embargo hay ciertos aspectos en los que esta especialidad médica puede ayudarle si usted lo considera necesario, pero sólo como parte de un todo, jamás en forma independiente.

Para mejorar el aspecto del abdomen se utilizan algunos procedimientos en Cirugía Plástica:

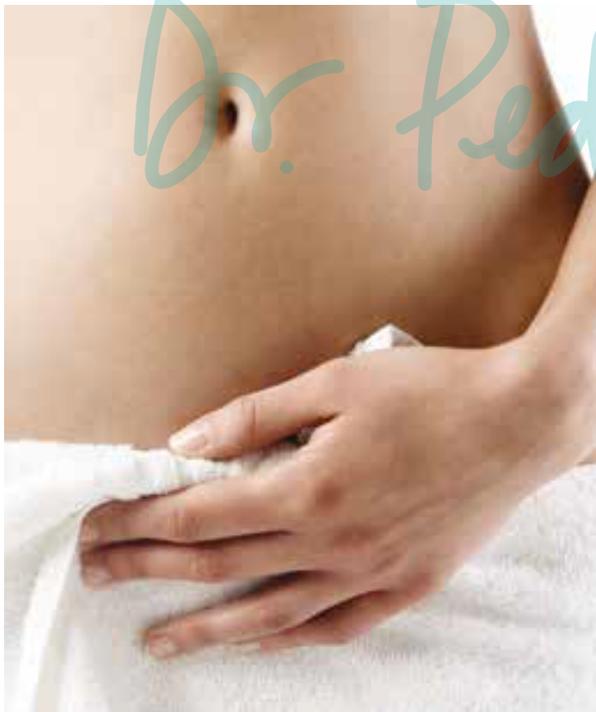
1. Liposucción o Lipoescultura es la extracción de grasa de áreas localizadas, en zonas anteriores y posteriores del cuerpo, y puede incluir muslos, ocasionalmente espalda y remodelación glútea, lo que muchas veces implica la inyección de parte de la grasa propia una vez tratada.
2. Lipoabdominoplastía (combinación de Liposucción con Abdominoplastía), esta es la forma más habitual, que suma los dos procedimientos anteriores y logra los mejores resultados.
3. Cirugías después de los Embarazos (Mommy Makeover, Cirugías Combinadas) se hace un levantamiento, y/o aumento de pechos, al mismo tiempo Abdominoplastía con Liposucción, asociados a pequeños procedimientos para rejuvenecer los genitales externos que tienden a envejecer y verse poco atractivos.
4. Abdominoplastía simple (o Lipectomía), forma menos frecuente, es un procedimiento quirúrgico en el cual se remueve el exceso de piel y de grasa de la mitad inferior del abdomen, para ajustar la piel suelta y remover grasa y estrías. No implica liposucción, y se hace por salud, comodidad o para permitir el ase o.

Un abdomen plano con una cintura bien definida y proporcionada son parte esencial de la percepción acerca de un cuerpo joven y atractivo. Imágenes de cuerpos femeninos tonificados y sin grasa ni celulitis inundan la publicidad y el marketing de la industria cosmética, de ropa y perfumes. Sin embargo, muy pocas personas han sido premiadas con este ideal estético, ni siquiera durante su juventud. El abdomen es el primer lugar afectado por los embarazos y aumento de peso. El diámetro de la cintura aumenta inexorable e irreversiblemente con los años, así como los depósitos de grasa. Las dietas y ejercicio mejoran la tonicidad muscular y ayudan parcialmente a controlar el problema, pero en general esto no es suficiente.

Los mayores depósitos de grasa constitucional se encuentran localizados en la pared abdominal,

muslos y glúteos, y son resistentes al ejercicio regular. Algunas pacientes realizan varias horas semanales de ejercicio cardiovascular y no logran reducir centímetros ni eliminar su delantal abdominal, por pequeño que sea.

El objetivo de la cirugía plástica abdominal es mejorar el aspecto, eliminando piel suelta, parte o todas las estrías, la grasa del abdomen bajo y haciendo que la pared abdominal sea más tensa. Este procedimiento se realiza mediante eliminación quirúrgica de grandes o pequeñas áreas de piel y panículo adiposo, y la sutura de musculatura abdominal, para producir un "corset anatómico interno". En algunos casos el procedimiento es complementado con liposucción, aspirando acumulaciones de grasa y con ello se obtiene una pared abdominal más plana y más curvilínea.



Mejores candidatas para una Abdominoplastia:

- Sobrepeso moderado, obesidad discreta (Hasta 15 % sobrepeso).
- Buena salud
- Tener expectativas reales y entender riesgos inherentes.
- Aceptar períodos de recuperación y las cicatrices asociadas.
- No planear embarazos en futuro cercano.
- No fumadores



Antes



Resultado

II Lipoabdominoplastía en una mujer de 36 años con 2 hijos que bajó 2 kgs antes de su operación para optimizar el resultado. Duración 2 1/2 horas, estadía hospitalaria, 1 noche.

CIRUGÍA DE LA PARED ABDOMINAL

La cirugía de abdomen logra transformar el cuerpo de una persona, reduce tallas, mejora el aspecto de las caderas y el contorno corporal. Está especialmente indicada para aquellas pacientes que tienen laxitud con un exceso de piel y grasa, típicamente después de los embarazos.

TIPOS DE ABDOMINOPLASTÍA:

- **ABDOMINOPLASTÍA CON SUCCIÓN (LIPOABDO - MINOPLASTÍA):** Es la más frecuente y produce los mejores resultados. Casi toda la población tiene algún grado de sobrepeso, por lo que en muchos casos de Abdominoplastía se realiza liposucción en los costados y sobre el ombligo, antes de retirar el exceso de piel; dependiendo de la piel que usted tiene, esto hace que la pared abdominal se vea juvenil, firme y más atractiva. Esta alternativa es la que dará mejor resultado estético a la mayoría de las mujeres, y se la sugiero a muchas pacientes, pero usted debe entender que son dos operaciones en vez de una.
- **ABDOMINOPLASTÍA EN "FLOR DE LIS" O "ANCLA ":** Usualmente en personas que poseen cicatrices abdominales por cesáreas verticales, operaciones abdominales, o que han tenido cirugía bariátrica para obesidad mórbida se elimina el delantal abdominal con una resección en "T" invertida. Se realiza liposucción al mismo tiempo y es más compleja que una Lipoabdominoplastía.
- **ABDOMINOPLASTÍA SECUNDARIA:** Pacientes que han tenido una abdominoplastía previamente con resultados poco satisfactorios.
- **MINI-ABDOMINOPLASTÍA:** Se reserva para personas muy delgadas con exceso de piel, que no han tenido hijos y sin separación de musculatura abdominal. Es una cirugía bastante excepcional para muy pocas pacientes.
- **ABDOMINOPLASTÍA CLÁSICA (O DE ASEO):** En esta operación se elimina el delantal abdominal sin hacer liposucción, con o sin procedimientos



II Paciente antes de la cirugía (resultados en la página siguiente).

para tensar la musculatura de la pared abdominal. Se hace en pacientes muy obesos, o que tienen razones médicas más que estéticas para operarse. El resultado es excelente y la recuperación más rápida.



La Abdominoplastia acompañada de liposucción permite eliminar gran cantidad de grasa y piel sobrante, además de tensar la pared abdominal. Si bien el costo es una cicatriz grande, se esconde fácilmente dentro del bikini. Duración de la Cirugía 2 1/2 horas, una noche hospitalizada.

EL OMBLIGO:

¿SABE USTED QUÉ ES EL OMBLIGO ?

El ombligo es una cicatriz que resulta de la separación del conducto que alimenta al feto desde la placenta materna, durante el momento del parto. Al nacer el ombligo se necrosa y resulta una cicatriz que nos acompaña toda la vida. Como cualquier cicatriz la forma, tamaño, posición y aspecto de ellas son muy variables.

Todos los ombligos son asimétricos, y muchos se encuentran alejados uno o dos centímetros de la línea media (centro) del cuerpo. Algunos ombligos se encuentran más altos y otros más bajos, dependiendo de la forma del cuerpo y sus caderas. Pueden ser alargados verticalmente o ensanchados en forma horizontal. Si la persona es muy delgada, el ombligo tiende a caer como la visera de un gorro, y si está con sobrepeso, se pierde en las profundidades.



fig. 1



fig. 2



fig. 3

¶ Con frecuencia encontramos pacientes con ombligos desplazados de su centro (fig. 1). También es habitual ver algunos ombligos altos (fig.2) y otros bajos (fig.3).



No espere encontrar ombligos bonitos; la única situación en que un ombligo es bello es cuando está rodeado de una sensualidad desbordante y sólo en esa situación muy particular se hace atractivo.





Antes

Resultado

Resultado (en ropa interior)



Antes



Resultado

II Mujer de 27 años. Abdominoplastía con succión y aumento + Aumento mamario. Duración de la cirugía 3 horas y una noche de hospitalización. Resultado a las 6 semanas muestra una cicatriz comenzando su evolución.



PROCEDIMIENTO QUIRÚRGICO

Se utiliza anestesia general. Esta operación comienza con una liposucción extensa, del aspecto abdominal anterior y costados. Luego se realiza una incisión transversal justo sobre el pubis que se extiende en dirección a las caderas, después se separa la piel y grasa de la pared abdominal y luego se estira hacia abajo, el excedente de grasa y piel se elimina.

En todos los pacientes realizo un "corset anatómico muscular interno", es decir con suturas (o "plicaturas") de los músculos, lo que produce una pared abdominal tensa y dura, mediante la aproximación de los músculos Rectos, paralelos a la línea media.

Durante los últimos años además he diseñado otras mejoras con plicaturas musculares, que agregué a la inicial; esto que produce una cintura más fina, firme y mejores curvas, con un excelente resultado. Este último cambio lo diseñé luego de hacer varios miles de abdominoplastías y presenté en varios congresos internacionales; actualmente es usado por muchos cirujanos plásticos en diversos países. Otro aporte que hice a la cirugía plástica para que las pacientes puedan evaluar y asegurar la mantención del corset anatómico es usar pequeños clips de 2 mm. metálicos (iguales a que se usan en cirugía de la vesícula o vascular) a una distancia determinada entre ellos, por lo que a los meses de la operación mediante una simple radiografía abdominal se mide la distancia entre los clips; con esto se puede verificar si los músculos permanecen en la posición adecuada. Un invento sencillo pero de gran ayuda para que pacientes puedan saber años después cómo se comporta su pared abdominal y si desarrollarán hernias de la pared del abdomen. Por último, se cierra suturando en la parte baja del abdomen y alrededor del ombligo. Se usa drenajes para evacuar el líquido durante los días siguientes a la operación. La intervención tiene una duración aproximada de dos a tres horas. Típicamente requiere hospitalización por una o dos noches.