



**MARTÍN
DEL YERRO**
CIRUJANOS PLÁSTICOS

Abdominoplastia

Cirugía del abdomen

Dr. José Luis Martín Del Yerro Coca

Dr. Emilio Moreno González

Dr. Ignacio Sanz Alonso

Dra. Verónica Fernández Sánchez

Dra. Susana Puga Morao

Dra. María González Vecino

Dra. Beatriz González

Dr. Marcos Martín Díaz

Dr. Ramón Varela

Dr. David Vázquez

**Cirujanos miembros de la Sociedad Española de Cirugía
Plástica, Reparadora y Estética (SECPRE).**

LA ABDOMINOPLASTIA

Dermolipectomia

(Cirugía del abdomen)



MARTIN DEL YERRO CIRUJANOS PLÁSTICOS

La cirugía plástica es una especialidad médica dedicada a la reparación de la forma y la función del cuerpo humano. Como parte de ella, la cirugía estética se encarga del tratamiento de aquellas alteraciones, que sin constituir una deformidad patológica, sí producen en la persona un conflicto de imagen corporal que resta calidad a su vida y a su salud. La cirugía estética es una actividad médica y para nosotros las personas que acuden a nuestro instituto, son siempre consideradas como pacientes.

Nuestra actitud y forma de trabajar están dirigidas a la ayuda médica, a la corrección de aquellos problemas de imagen corporal que cuando se resuelven, producen una mejoría en la calidad de vida de la persona y por tanto de su salud.

Llevamos trabajando desde 1990 y constituimos un grupo de profesionales de muy alto nivel formado por: cirujanos plásticos, médicos, enfermeras, fisioterapeutas y personal administrativo.

Nuestra forma de trabajar, nuestra capacidad para innovar y para simplificar muchos tratamientos y cirugías, así como para resolver deformidades complejas, nos ha dado un gran reconocimiento profesional y hoy día somos una referencia para muchos cirujanos plásticos, dentro y fuera de nuestro país.

Te proporcionamos un diagnóstico honesto, una cirugía precisa y a la vanguardia y el mejor seguimiento post-operatorio.



ABDOMINOPLASTIA

La abdominoplastia es la operación que corrige las alteraciones del abdomen debidas a: los embarazos, los grandes cambios de peso o simplemente el paso del tiempo.

Con el paso de los años, y especialmente en las personas que han experimentado oscilaciones importantes de peso o múltiples embarazos, se produce una deformidad típica del abdomen, que provoca una protrusión y descolgamiento. Esto causa una importante modificación de la silueta corporal al aparecer: una “barriguilla” en la parte inferior al ombligo, un ensanchamiento y pérdida de la cintura, y un abombamiento en la parte del estomago. En algunos casos, puede llegar a haber un gran exceso de piel y grasa, que unido a la flaccidez de los tejidos, producen un descolgamiento a modo de delantal, que puede llegar a cubrir la zona del pubis.



En la imagen: abdominoplastia más mastopexia

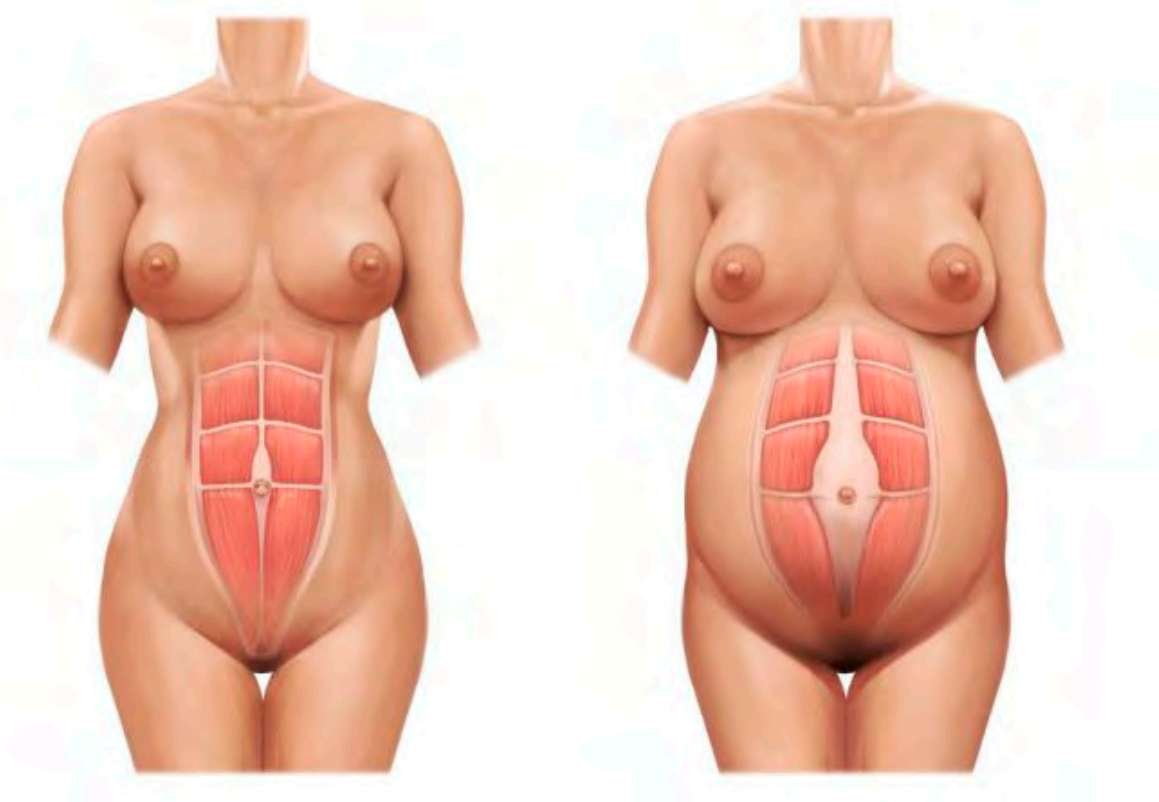
La abdominoplastia elimina el exceso de piel y grasa, y corrige la separación o diástasis del músculo recto abdominal, reparando, tensando y volviendo a unir la musculatura abdominal en la línea media. El resultado es un abdomen más: plano, firme y fuerte.

Abdominoplastia tras el embarazo

La diástasis (separación) del músculo recto abdominal es frecuente tras el embarazo, sobre todo en embarazos múltiples, y tiene como consecuencia la “pérdida de cintura”. Esta separación muscular y abombamiento del abdomen no mejoran con: ejercicio, tratamientos estéticos o fisioterapia o con el paso del tiempo.

Es frecuentemente la aparición de dolores de espalda, provocados por el esfuerzo que la musculatura de la columna vertebral, tiene que realizar cuando se ha perdido la ayuda de la pared abdominal. Estos dolores suelen mejorar con la abdominoplastia.

La única manera de lograr volver a juntar los músculos es mediante la plicatura del recto abdominal. Con ello conseguimos un abdomen recto y recuperar la cintura.



Cirugía de las cicatrices abdominales y estrías

Frecuentemente tras la cesárea, aparecen cicatrices inestéticas o que presentan adherencias o se hunden en la piel. Durante la abdominoplastia se reparan o eliminan.

En ocasiones, cuando la distensión de la piel ha sido grande, se rompen las fibras elásticas de la dermis, dando lugar a las llamadas estrías. La abdominoplastia elimina las estrías que se encuentran en la porción de piel que va a ser eliminada, (la que se encuentra por debajo del ombligo).

PRIMERA VISITA

La primera visita la tendrás con el cirujano plástico. Este realizará una historia clínica completa, revisando tus antecedentes médicos. Te preguntará sobre tus deseos y expectativas. Es muy importante que se establezca una buena comunicación entre el cirujano y el paciente, y que se comprendan bien las circunstancias que te han llevado hasta la consulta. Durante esta consulta el paciente debe confirmar su elección del cirujano y este a su vez, diagnosticar y evaluar la conveniencia de llevar a cabo la operación.

Realizaremos una exploración clínica, para examinar la configuración de tu abdomen y las características de la piel, grasa y músculos de la pared abdominal. Te haremos fotografías, con tu consentimiento, para analizar detalladamente tu caso y, si decides intervenirse, para llevar a cabo la planificación y seguimiento de la intervención.

Una vez recogidos todos los datos clínicos, discutiremos en detalle tus deseos y las posibilidades que la cirugía tiene para conseguirlos.

Programaremos la intervención de acuerdo con nuestra disponibilidad y la del hospital, así como con tus deseos y conveniencia, por lo que debes notificarnos con suficiente antelación la fecha elegida.

Se solicitará un estudio preoperatorio, incluyendo los análisis y pruebas que se consideren necesarios. Estos análisis serán estudiados por el cirujano y por el anestesiólogo que realizará tu anestesia, el cual además, tendrá una entrevista contigo en nuestra consulta, para evaluar el riesgo anestésico y explicarte los detalles de la misma.

En relación con el aspecto económico, te facilitaremos un presupuesto, en el que se recogen los honorarios profesionales, que incluyen cirujano y ayudantes, gastos de consulta y personal de la misma, curas y material sanitario, así como revisiones postoperatorias. Incluiremos en el presupuesto los honorarios del anestesiólogo y los gastos aproximados del hospital, que incluyen derechos de quirófano, medicación y hospitalización. Los gastos de hospital son aproximados ya que están basados en una estimación del tiempo y material necesarios para completar tu intervención y pueden variar de unos pacientes a otros. Si se requiriese mas tiempo, o material (medicación,

suturas, etc.) para asegurar una mejor calidad en los resultados, el hospital incrementaría su facturación. En caso de requerirse una intervención adicional por un retoque o complicación los honorarios médicos estarían incluidos en la minuta inicial, pero no así los del hospital y anestesia si se requiriese.



El éxito de cualquier intervención de cirugía estética, depende en gran medida de la comunicación médico-paciente. La elección de un cirujano plástico que entienda tus principios estéticos y que se comprometa con honestidad en la búsqueda de los mismos, es una tarea que usted como paciente debes realizar con meticulosidad. Por su parte el cirujano valorará también tus expectativas y la conveniencia de la operación.

En realidad el cirujano y el paciente deben escogerse mutuamente y de esa buena elección surtirá un resultado satisfactorio.

Trabajamos sobre la base de *buscar la mejoría, no la perfección. Los procedimientos quirúrgicos estéticos, no son mágicos; están encaminados a mejorar aspectos específicos de su apariencia, pero sólo pueden hacer esto. La estabilidad emocional es uno de los factores más importantes antes de plantearse una intervención de cirugía estética, y la decisión de llevarla a cabo debe realizarse con: serenidad, reflexión y madurez.*

INSTRUCCIONES ANTES DE TU ABDOMINOPLASTIA

Para evitar el sangrado durante la cirugía no debes tomar las dos semanas anteriores y posteriores a la cirugía:

- Aspirina (Ácido Acetil Salicílico)
- Medicación homeopática o fitoterapia.

Si tienes dudas consulta con nuestro anestesiólogo que puedes y no puedes tomar antes y después de la cirugía.

Es conveniente que dejes de fumar, al menos una semana antes y después de la intervención. El tabaco inhibe el riego sanguíneo de la piel, pues produce vasoconstricción de los pequeños vasos sanguíneos, y puede interferir con la cicatrización de las zonas intervenidas e incluso originar pérdidas cutáneas.

No comas o bebas desde 8 horas antes de la intervención (no puedes tomar ni agua).

El día de la intervención viste con comodidad y prepara para el día del alta ropa que se abroche por delante y no lleves prendas ajustadas.

Notifícanos si tienes algún síntoma de catarro, gripe o fiebre durante la semana previa a la intervención.

EL DÍA DE LA CIRUGÍA

La abdominoplastia se realiza bajo anestesia general o con anestesia epidural, (anestesiando solamente de cintura para abajo).

Las incisiones se realizan de acuerdo a las mediciones y marcas hechas previamente a la cirugía. Se realiza una incisión atravesando la parte baja del abdomen justo por encima del vello pubiano y otra a nivel del ombligo. El tejido entre las dos incisiones de extirpa. Posteriormente el cirujano levanta la piel y grasa hasta la zona de las costillas y tensa la pared muscular, suturándola en la línea media, para dar firmeza a la pared abdominal y estrechar la cintura. A continuación se desciende la piel, se sutura a nivel de la incisión sobre el pubis y se abre un nuevo ombligo en el lugar adecuado.

El sangrado es muy escaso y no es necesario transfundir sangre, salvo en casos muy severos. Si tu caso pudiera requerir transfusión de sangre, serás adecuadamente informado por el cirujano durante tu entrevista.

El cierre de la incisión se realiza mediante una sutura interna con material reabsorbible, lo que facilita una buena cicatrización y además no es necesario retirar los puntos. La sutura del ombligo, cuando se modifica la posición del mismo, se realiza con puntos que se retiran a los 8 a 12 días de la intervención.

La cicatriz final queda horizontal, en forma curvada con la concavidad hacia arriba, justo al nivel que puede ser tapada por la ropa interior o bañador.

Habitualmente colocamos 1 o 2 tubos de drenaje que se retiran en los días siguientes.

Para mejorar los resultados puede realizarse una liposucción sobre zonas concretas del abdomen.

A la salida del quirófano solamente se coloca un pequeño apósito sobre la herida.

Al finalizar la intervención se te colocará una faja especial que debes llevar durante cuatro semanas. Esta faja te la proporcionamos nosotros.

Durante la intervención se administrará un antibiótico para evitar el riesgo de infecciones. En los días siguientes se te prescribirá el antibiótico para que lo tomes por vía oral.

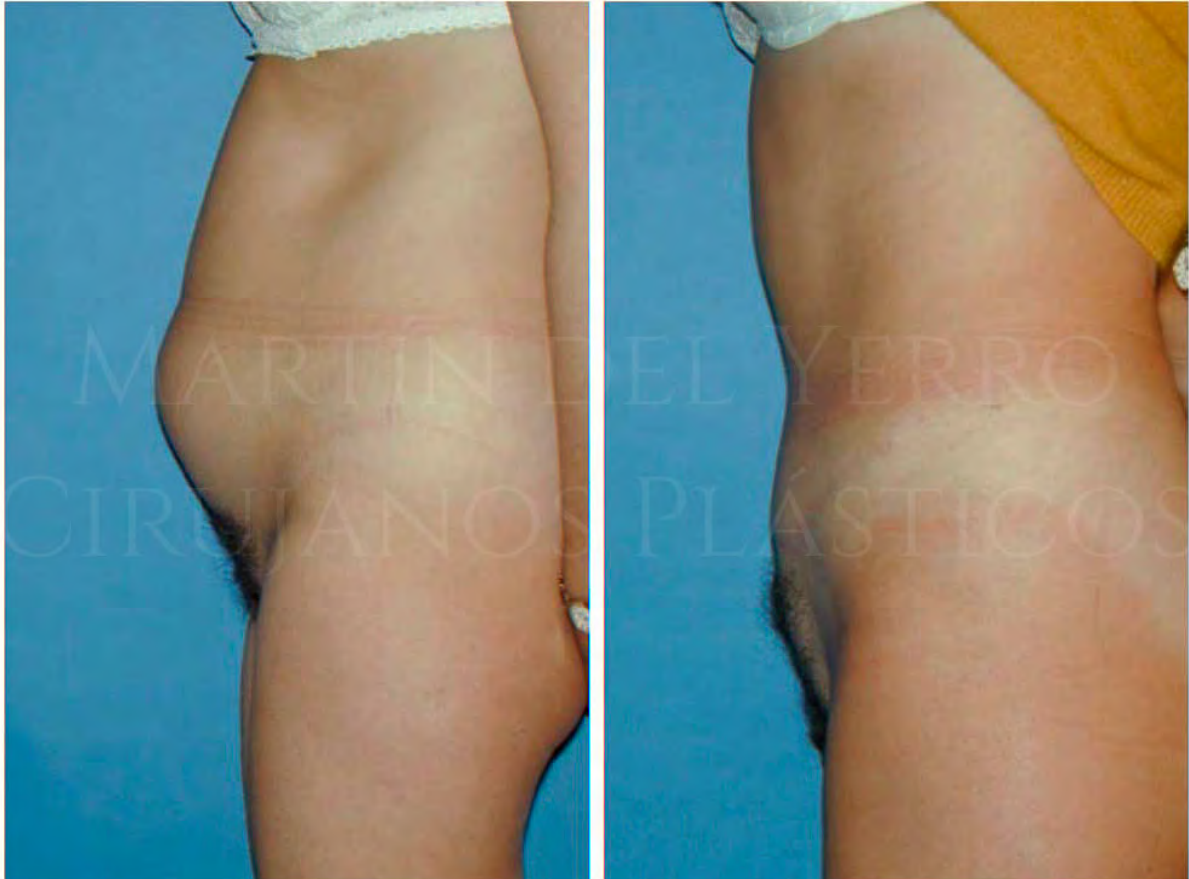
SÍNTOMAS NORMALES DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

Los primeros días sentirás molestias y sensación de tensión en el abdomen, que cederán con la medicación analgésica.

Es normal que salga una pequeña cantidad de sangre y suero de los drenajes, en las horas siguientes a la intervención. . Esto es normal y es bueno que ese líquido salga y no se quede acumulado.

Durante la primera semana notarás dificultad y sensación de tensión en el abdomen al incorporarte y adoptar una postura totalmente erecta, que deberás evitar durante ese periodo de tiempo.

Notarás inflamación del abdomen, sobre todo en la zona de la cicatriz que irá disminuyendo progresivamente en el transcurso de un mes, aunque ocasionalmente se prolonga durante mas tiempo.



La cicatriz suele permanecer de color rojizo y algo inflamada durante los primeros meses. A partir de los 4 a 6 meses, va palideciendo progresivamente hasta quedar del mismo tono que la piel adyacente.

Notarás sensación de acorchamiento y pérdida de sensibilidad en la zona central y baja del abdomen, que recuperarás lentamente en el transcurso de algunos meses, durante los cuales puedes notar una sensación extraña al tacto, que puede resultar desagradable.

Cualquier cambio en tu apariencia afecta a la percepción de tu propia imagen, y requiere un periodo de días a semanas para adaptarse a esa nueva imagen corporal. Es normal tener dudas e incluso estar bajo de animo y triste, durante este periodo de una a

tres semanas tras la cirugía. Estos sentimientos son rápidamente reemplazados por sentimientos más positivos a medida que compruebas las mejorías en tu apariencia corporal.

Raramente pueden presentarse vómitos o sensación nauseosa en las primeras horas después de la anestesia general, que se controlan fácilmente con dieta o medicación adecuada.

QUE DEBES HACER DESPUES DE LA CIRUGÍA

Debes permanecer ingresada en el hospital hasta el día siguiente de la cirugía.

Debes permanecer en cama las primeras horas después de la intervención, con el cabecero elevado unos 30° y la cadera flexionada colocando una almohada bajo las rodillas.

Antes de dejar el hospital un fisioterapeuta te dará un masaje de drenaje linfático sobre el abdomen y tratará tu espalda. El objetivo es disminuir la inflamación y que te sientas más cómodo/a. Este tratamiento es muy agradable de recibir y no causa dolor ni malestar. Es el comienzo de nuestro exclusivo protocolo postquirúrgico que asegura una rápida recuperación con mínimas molestias. El tratamiento postoperatorio se realizará 2 o 3 veces por semana durante las semanas siguientes.

Debes llevar constantemente la faja hasta que se te indique (aproximadamente 4 semanas).

El día del alta, la mañana siguiente, debes disponer de alguien que te acompañe y te pueda llevar a casa.

Al irte del hospital te daremos las instrucciones precisas por escrito de lo que debes hacer y de la medicación que debes tomar. Así mismo te comunicaremos la fecha y hora de la siguiente cita en la consulta.



También te daremos el número del teléfono móvil de varios cirujanos plásticos del equipo por si tuvieras alguna duda.

Al dejar el hospital debes realizar una vida relativamente tranquila durante uno o dos días. Cuando llegues a casa, ponte cómodo/a y relajado/a, y duerme en una posición similar a la que tenías en el hospital con el cabecero y piernas elevadas y las rodillas flexionadas con la ayuda de una almohada. Esto te ayudará a disminuir la inflamación y la sensación de tensión en el abdomen.

Mantén la zona operada limpia y seca. Nuestras enfermeras, además de realizar las curas correspondientes, te darán instrucciones sobre el cuidado de la piel y cicatriz y te indicarán cuando puedes empezar a aplicar productos cosméticos.

A partir del tercer o cuarto día debes retornar a tu actividad normal tan rápido como sea posible. Las molestias postoperatorias son más intensas durante las primeras 24 horas y desaparecen rápidamente a partir de este momento. Reanudar las actividades normales, acelera el proceso de recuperación y reduce el dolor más rápidamente. La inmovilidad tiende a causar molestias continuadas e incrementa el espasmo muscular.

QUE NO DEBES HACER DESPUES DE LA CIRUGIA

No tomes ácido acetil salicílico (aspirina) ni medicación homeopática en las dos semanas posteriores a la intervención.

Si eres fumador/a, procura disminuir el consumo de tabaco al mínimo que toleres, durante la semana siguiente a la misma. El tabaco aumenta el riesgo de complicaciones quirúrgicas y dificulta la cicatrización.

No debes mojar la cicatriz hasta que se te indique. Probablemente te podrás duchar a partir del tercer día.

Evita situaciones que puedan excitarte o alterarte, así como ambientes calientes. Los ambientes frescos evitan la inflamación. Procura evitar lugares muy concurridos donde puedas recibir un golpe o empujón involuntario (autobús, metro, discotecas, etc.)

No realices grandes esfuerzos durante los 10 primeros días, pero ve incorporándote progresivamente a una vida normal.

No conduzcas el coche hasta 3 o 4 días después de la intervención

Puedes comenzar a realizar ejercicio físico o deporte a partir de la 4ª semana.



LIMITACIONES, RIESGOS, Y POSIBLES COMPLICACIONES DE LA ABADOMINOPLASTIA:

Los riesgos o complicaciones tras la abdominoplastia son infrecuentes, y su relación a continuación tiene como finalidad darte una buena información.

Siempre existe un riesgo anestésico, que habrás de considerar a la hora de decidir sobre tu intervención. Este riesgo es extremadamente pequeño. Los efectos secundarios de la anestesia o la sedación son muy poco frecuentes, pero pueden poner tu vida en peligro. Por esta razón realizamos la cirugía en un lugar óptimo (hospital), donde se encuentran tanto el equipo técnico, como el personal médico apropiados para resolver cualquier complicación (en el caso de que se presentara). Desde que entras en el quirófano, hasta que finaliza la intervención, el anestesiólogo estará a tu lado, controlando tus constantes vitales. Durante toda la intervención te hallarás perfectamente monitorizada.

Algunas personas cicatrizan haciendo cicatrices gruesas y enrojecidas, que tardan muchos meses en aplanarse y palidecer, quedando posteriormente de mayor anchura

que una cicatriz normal. Esta complicación es muy poco frecuente con las técnicas de sutura que utilizamos y los cuidados de la cicatriz que te recomendaremos en el postoperatorio. Los problemas en la cicatrización son más frecuente en personas fumadoras.

Como en cualquier procedimiento quirúrgico, a pesar de la administración de antibióticos y de una técnica meticulosamente estéril durante la intervención, puede aparecer una infección. Esta complicación es extremadamente infrecuente en nuestra experiencia.

El riesgo de hemorragia postoperatoria es muy bajo, aunque es normal la salida de una escasa cantidad de sangre y suero por los drenajes.

La complicación más frecuente, que sin embargo se produce raramente, suele ser el seroma, que consiste en el acumulo de liquido seroso. En algunas ocasiones requiere punciones para eliminarlo y prolongación durante más tiempo de la compresión con la faja.

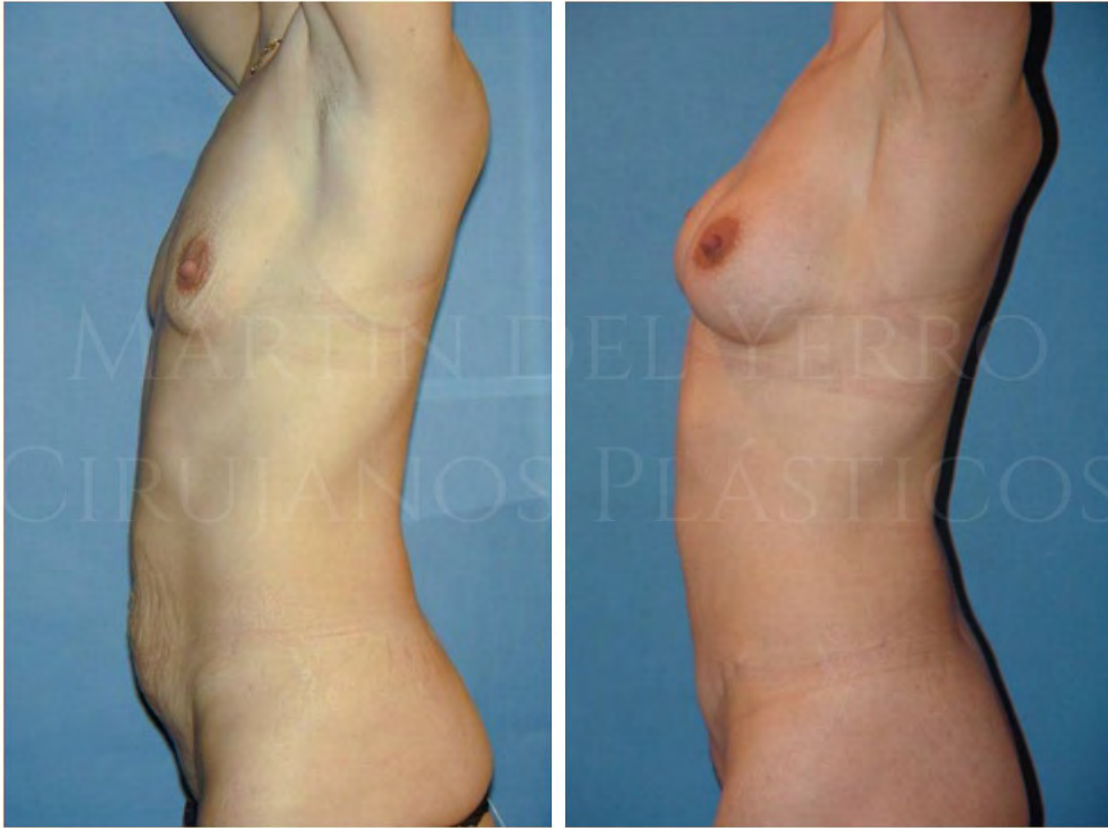
Pueden aparecer trastornos de la cicatrización como intolerancia a los puntos, que pueden ser rechazados y expulsados. Esta complicación suele resolverse en unos días, si bien la calidad final de la cicatriz puede no ser optima.

CONCLUSIÓN

La abdominoplastia mejora estéticamente la silueta corporal, proporcionando un abdomen: terso, firme y con una cintura más marcada. Las molestias suelen ser mínimas, y la satisfacción del paciente suele ser muy positiva. Las complicaciones son infrecuentes, pero pueden ocurrir de forma ocasional.

La abdominoplastia además incrementa los sentimientos positivos hacia ti misma, adquiriendo mayor confianza y seguridad en tu propia imagen.

Todas las intervenciones quirúrgicas requieren un estudio del paciente y una planificación, totalmente individualizada y de esta forma serás tratada por todo nuestro personal. Este escrito tiene una finalidad educativa y de informarte de forma general para que, durante tu entrevista con el cirujano, el diálogo esté más centrado y tus dudas más concretas.



Abdominoplastia y aumento de pecho

Advertencia:

Las fotografías que ilustran este dossier están realizadas en el postoperatorio inmediato y tienen como única finalidad darte una idea aproximada de los resultados que podemos obtener. Revisa esta información y escribe las preguntas que desees hacernos.



Preguntas y anotaciones:



MARTÍN
DEL YERRO
CIRUJANOS PLÁSTICOS

Cirugía Plástica, Reparadora y Estética

Medicina Estética

Fisioterapia

C/ General Ampudia, 6. 28003. Madrid
915 352 402
www.martindelyerro.com
info@yerro.com