

# Silueta al día: Abdominoplastia

¡Felicitaciones! Rebajó esas libras indeseables. Este es un cambio significativo que le costó mucho esfuerzo y sacrificio. Todos los que le rodean ven la diferencia pero a la hora de ponerse un vestido de baño nota que hay piel floja en su abdomen y no importa el ejercicio que practique esa piel colgante no desaparece.

Por otra parte, el maravilloso proceso que es la gestación, provoca algunas modificaciones en la anatomía de la silueta corporal, las cuales son transitorias. Pero otras se establecen como deformaciones definitivas como lo son las estrías. Por lo tanto, los tres enemigos primarios de los abdómenes parejos y tonificados son el embarazo, el aumento y pérdida de peso y, como todos sabemos, la edad. Esencialmente, el aumento de peso o la pérdida rápida del mismo deteriora la piel, y a veces incluso los músculos de la base del abdomen, más allá de su forma firme original.

La abdominoplastia restaura los contornos del abdomen quitando el exceso de piel y apretando los músculos. Este procedimiento se ha convertido en uno de los medios más populares para realzar la figura. Aunque recientemente la atención de los medios se ha centrado en la liposucción como el método principal para contornear la silueta, la abdominoplastia es la solución quirúrgica preferida para tratar el exceso de piel abdominal y la musculatura débil.

Ésta se presenta como una solución cuando después de un tratamiento para la obesidad o un embarazo, en el caso de las mujeres, se busca recuperar una silueta esbelta y en especial un abdomen plano ya que las dietas y los ejercicios no eliminan esta piel colgante.

## Los músculos del abdomen


A veces, luego de embarazos múltiples o pérdida de peso, los músculos abdominales se debilitan y la piel en esta área se suelta. La abdominoplastia se recomienda a menudo después del embarazo. Una de las franjas musculares primarias del cuerpo es la llamada rectus abdominis, que es el área que permite que realicemos los ejercicios abdominales. Estos músculos, constituidos por dos partes, se encuentran pegados desde el hueso pectoral hasta el hueso púbico, formando un sistema interno que sostiene el abdomen firmemente. Durante el embarazo, estos músculos se separan para permitir que el bebé crezca. Después de dar a luz, estos músculos permanecen a menudo separados, haciendo imposible tener firme el abdomen bajo con ejercicio, dieta u otros medios no quirúrgicos. Durante la abdominoplastia, esta condición, llamada diastasis recti, es tratada juntando de nuevo los músculos y restaurando su fuerza y tonificación.

## La cirugía

Durante el procedimiento de la abdominoplastia el cirujano realiza una incisión larga desde un lado

al otro del hueso de la cadera. Se extirpa quirúrgicamente el exceso de grasa y piel de la zona media y baja del abdomen y se estiran los músculos de la pared abdominal. Esta no es una cirugía libre de cicatrices. De hecho, las cicatrices pueden ser severas dependiendo de la cantidad de piel a remover, la forma de cicatrizar del paciente y, si usted cicatriza bien, de la habilidad del cirujano y las técnicas empleadas. Las cicatrices se ubican alrededor del ombligo y de forma transversa en la parte baja del abdomen de manera que se pueda disimular perfectamente con un traje de baño de dos piezas. La longitud de la cicatriz varía dependiendo del caso.

Hay un procedimiento menos complejo que se denomina abdominoplastia parcial. Este procedimiento es ideal para las personas que tienen depósitos de grasa limitados a la zona situada por debajo del ombligo.

Si el paciente es realista en cuanto a las expectativas y está preparado para las consecuencias de tener una cicatriz permanente pero que se puede disimular con ropa interior y una recuperación prolongada, entonces la abdominoplastia puede ser la solución adecuada. 



Fotos suministradas por el Dr. Antonio Bousquets.