

## Abdominoplàstia, la cirurgia que permet lluir un ventre pla i ferm

L'abdominoplàstia és un procediment quirúrgic en el qual es corregeixen els defectes de l'abdomen, tant de la pell com del greix i la musculatura, aconseguint un ventre pla i ferm i una cintura més estreta. Està especialment indicat en persones que han perdut pes de forma brusca. És un procediment per a pacients sans amb expectatives realistes, ja que no serveix per aprimar-se.

El Dr. Xavier Tintoré, del servei de Cirurgia Plàstica i Estètica de Tintoré & Brasó de l'Hospital Universitari General de Catalunya apunta que "l'abdominoplàstia, també coneguda com a lipectomia abdominal, consisteix en l'extirpació de l'excés de pell i greix abdominal i en la correcció de la flacciditat muscular. Aquesta eliminació al costat del reforç de la musculatura abdominal fa desaparèixer el que col·loquialment coneixem com a "panxa"

Per al cirurgià plàstic "les candidates ideals són aquelles dones que tenen una bona silueta, que estan preocupades per l'acumulació de greix o per l'excés de pell a l'abdomen i que no aconsegueixen millorar la figura malgrat fer dieta i exercici físic. Aquesta cirurgia és especialment útil en dones que han tingut diversos embarassos".

L'equip de cirurgians de Tintoré & Brasó a la intervenció realitzen 2 incisions, una just per sobre de l'àrea pública de maluc a maluc i una altra al voltant del melic. A continuació, separen la pell dels teixits, tensen els músculs abdominals amb sutures i eliminen l'excés de pell i greix. Finalment, tanquen la incisió. Si la pacient només té acumulació de greix a la zona sota el melic, pot ser suficient un procediment menys complex denominat mini-abdominoplàstia. L'abdominoplàstia i la mini-abdominoplàstia es realitzen sempre en els quiròfans de l'Hospital Universitari General de Catalunya sota anestèsia general, a càrrec de Dr. Juan Bernardo Schuitemaker, i requereixen una nit d'ingrés. Una abdominoplàstia completa sol durar entre 2 i 4 hores i una mini-abdominoplàstia, entre 1 i 2 hores.

El Dr. Schuitemaker a més de l'anestèsia general realitza un bloqueig nerviós únic guiat per ecografia d'alta resolució per minimitzar el dolor postoperatori. L'objectiu d'aquesta tècnica és anul·lar els receptors de dolor procedent d'un punt específic per bloquejar la sensació de dolor transmesa al cervell. El bloqueig afavoreix que durant el postoperatori el dolor disminueixi o sigui pràcticament inexistent "una persona no pot estranyar el que no coneix. Si el cos no va conèixer un estímul dolorós durant la cirurgia, el postoperatori serà molt més agradable", manifesta El Dr. Schuitemaker. Aquest bloqueig és temporal i l'efecte és immediat després de la dispensació del fàrmac.

El Dr. Tintoré explica que "la cirurgia d'abdomen ja sigui completa o mini, proporciona uns resultats excel·lents. En la majoria dels casos els resultats són definitius, sempre que s'acompanyin d'una dieta equilibrada i exercici diari. Les cicatrius no seran visibles, fins i tot amb biquini".

## Abdominoplàstia, la cirurgia que permet lluir un ventre pla i ferm

En el postoperatori, durant els primers dies, l'abdomen sol estar una mica inflammat i es poden notar algunes molèsties o dolor. Els punts de la pell externs seran retirats entre els 5 i 7 dies. En sortir de quiròfan, la pacient anirà amb la faixa abdominal que haurà de portar durant el primer mes. Tornarà a sentir-se com abans al cap d'unes setmanes. Si l'estat físic previ a la cirurgia és bo, la recuperació serà més ràpida i la pacient podrà recuperar definitivament entre 2 i 4 setmanes. L'exercici físic ajuda a recuperar-se abans.

És recomanable que tots els pacients que s'hagin de sotmetre a aquesta intervenció quirúrgica atenguin les següents consideracions:

- Evitar o reduir dràsticament el consum de tabac
- Procurar mantenir el mateix pes durant els sis mesos anteriors a la intervenció
- Realitzar una revisió completa abans de l'operació per descartar problemes que puguin dificultar la intervenció
- Mantenir una bona hidratació de la pell de l'abdomen
- Almenys 10 dies abans de la intervenció, no prendre medicaments ni aliments que puguin alterar la coagulació sanguínia

Després de la intervenció:

- Utilitzeu la faixa per protegir l'abdomen almenys durant un mes
- Prengui la medicació que li prescrigui el seu cirurgià
- Durant els primers dies, camini encorbat per reduir la tensió a la cicatriu
- Eviteu les fluctuacions de pes
- Mantingueu la pell de l'abdomen hidratada
- A partir del mes de la intervenció, realitzi exercici periòdicament per enfortir la zona.