

# Abdominoplastia

**Idade:** quando se decidiu a não ter mais filhos.

**Cicatriz:** na altura do abdômen, podendo ser escondida sob o biquíni.

## O que é?

A abdominoplastia é um dos procedimentos mais realizados em cirurgia plástica. Em geral, fatores como gestações múltiplas e genética contribuem para o desenvolvimento de frouxidão na pele, depósitos de gordura e marcas de distensão na região abdominal. Mesmo a perda de peso substancial pode contribuir para o desenvolvimento de frouxidão da pele abdominal. Como estas áreas não respondem a dieta e rotina de atividades físicas, o abdome assume tamanho desproporcional em relação ao restante do organismo.

## Como Funciona?

A abdominoplastia remove a frouxidão de pele, depósitos de gordura e marcas de distensão da região abdominal. Além disso, músculos abdominais verticais distendidos e enfraquecidos com o passar do tempo são reforçados, restabelecendo a aparência de um abdome firme e plano. Gestações futuras e alterações substanciais do peso após abdominoplastia, bem como a presença de cicatrizes de cirurgias anteriores, podem reduzir a eficácia e longevidade do tratamento.

## Incisão

A abdominoplastia requer geralmente duas incisões. O cirurgião fará incisões acima da região púbica de um quadril a outro. A extensão da incisão e sua forma dependem da extensão do tratamento, bem como os contornos corporais. O cirurgião tentará posicionar a incisão em local coberto por roupas de banho ou roupas íntimas. É importante notar que a cicatriz será permanente. Uma segunda incisão pode ser realizada ao redor do umbigo.

## Recuperação

Deve-se utilizar malhas de compressão semelhantes a um cinto. Esta vestimenta apertada auxilia a reduzir o edema e evita a formação de líquido, bem como oferece conforto e suporte no processo de cicatrização. Dependendo da extensão da cirurgia, deve-se usar malhas de compressão por várias semanas. Assim como nos principais procedimentos cirúrgicos pode haver dor, pequenos ferimentos e aumento de volume que desaparece em poucas semanas. Embora não seja possível ficar em posição completamente ereta, de pé, é importante iniciar caminhadas por curtos intervalos logo após o procedimento para facilitar o fluxo sanguíneo.

## Resultado

A maioria dos pacientes retorna ao trabalho em 1 a 3 semanas. Entretanto, pode levar de 6 a 8 semanas para retomar a vida normal, incluindo levantar pesos e exercícios mais intensos. Embora a cicatriz seja permanente, ela esmaece com o tempo. É importante notar que novas gestações e ganho ou perda substancial de peso podem comprometer o resultado. Entretanto, com dieta adequada e exercícios físicos, o resultado da abdominoplastia pode ser duradouro e manter-se por vários anos.