

La cirugía bariátrica y/o los cuidados médico dietéticos han ido ganando popularidad en los últimos años para el tratamiento de la obesidad. Eso condiciona unos mejores niveles de salud, pero también la aparición de problemas relacionados con el exceso cutáneo tras la pérdida ponderal.

Tras esa pérdida ponderal, los pacientes un exceso cutáneo circunferencia con una piel que ha perdido su capacidad elástica, lipodistrofias residuales y flacidez más importante en algunas zonas con mamas, brazos, muslos y tronco.

El principio fundamental de estas cirugías es la extirpación de l piel sobrante para conseguir una mejoría no solo estética, si no también funcional, (permitiendo una deambulación adecuada, o una actividad sexual normal), médica (evitando la aparición de lesiones cutáneas como el intertrigo por roce) y psicológica.

El abordaje puede incluir el tratamiento to de grandes regiones anatómicas, para conseguir los mejores resultados en el mínimo número de cirugías, siempre que estén dentro de los estándares de seguridad para ello.

Las cirugías pueden ser:

1. Upper-body-lift, que incluye: mastopexia, braquioplastia y tronco
2. Lower-body-lift, que incluye: Abdominoplastia, cruroplastia y gluteoplastia
3. Lifting cervicofacial

O bien realizarse por separado, según las necesidades específicas de cada paciente:

- 4.-Abdominoplastia
- 5.-Gluteoplastia
- 6.-Cruroplastia
- 7.-Mastopexia
- 8.-Braquioplastia
- 9.-Lifting cervicofacial

Generalidades de las cirugías

La cirugía generalmente **NO se recomienda si** (o al menos hay que comentarlo despacio con tu cirujano):

- Fumas
- Tienes ciertos trastornos como lupus, artritis reumatoide y otras enfermedades
- Planeas seguir perdiendo peso
- Después de algunas secuelas de cicatrices previas

Riesgos comunes a todas las cirugías

La cirugía presenta **los mismos riesgos que cualquier otro tipo de cirugía mayor**: sangrado, infección y una reacción adversa a la anestesia.

Cómo prepararse

Debes tener en cuenta:

- Hablarás con tu cirujano plástico para comprobar que no exista ninguna enfermedad que desaconseje la cirugía. Revisa también todos los medicamentos que tomes. Es importante hacer este paso de manera cuidadosa.
- Indica tus alergias medicamentosas o alimentarias, es importante para usar con seguridad los fármacos anestésicos y el tratamiento postoperatorio.
- Coordina con alguien para que te lleve a tu casa después de la cirugía y se quede contigo al menos la primera noche.
- Pídele a alguien que te lleve a tu casa cuando salgas del hospital.

Antes de la cirugía, es posible que te pidan lo siguiente:

- Completar varios **análisis de laboratorio**.
- **Dejar de fumar** durante un tiempo determinado antes de la cirugía y después de ella.
- **Evitar tomar aspirina, medicamentos antiinflamatorios** y suplementos de hierbas para controlar el sangrado durante la cirugía.
- Mantén el peso estable.

CIRUGÍA DE ABDOMINOPLASTIA

Por qué se realiza

La cirugía estética del abdomen, elimina el exceso de grasa y piel de esta región anatómica, así como se tensa la musculatura abdominal en el caso de ser necesario.

La cirugía presenta **los mismos riesgos que cualquier otro tipo de cirugía mayor**: sangrado, infección y una reacción adversa a la anestesia.

Otros riesgos posibles son:

- **Hematomas**, que suelen ser temporales
- Seromas, que es el acúmulo de líquido. Para ello, dejamos un s drenajes en el postoperatorio que retiramos cuando drenan 30 o menos cc. En ocasiones hay que ajevacuarlo mediante punciones.
- Cicatrización
- Eliminación o pérdida de **sensibilidad** en la piel que lrodea a las cicatrices



Durante el procedimiento

La técnica típica consiste en realizar unas incisiones ovaladas o elípticas para retirar la mayor parte de la piel entre el ombligo y el vello púbico tensar la musculatura abdominal (Plicatura) recolocar la piel, dejando el ombligo en su posición correcta.

La herida irá de cadera a cadera a lo largo del pliegue natural a la altura del bikini.

Después el procedimiento

Las heridas se cubren con un apósito, y se colocará una faja. Puede que tengas un dolor moderado, que cede con los analgésicos habituales. Los drenajes se retirarán a las 24 h o cuando su débito sea menor a 30 cc al día. Durante las 6 primeras semanas se debe tener cuidado al moverse y evitar posiciones que doblen la cintura o tuerzan la cicatriz. Pregúntanos sobre tus viajes.





DRA. CARMEN IGLESIAS
CIRUGÍA Y MEDICINA ESTÉTICA

LOWER BODY LIFT



CIRUGÍA ESTÉTICA DE LOS GLÚTEOS

Descripción general

El levantamiento de glúteos consiste en una cirugía estética para mejorar la apariencia de los glúteos. Puede hacerse como parte de una abdominoplastia. O bien, puede hacerse como parte de una dermolipectomía de la parte inferior para contornear los glúteos, la ingle, los muslos y el abdomen.

Riesgos

- Cicatrización incorrecta de las heridas. En ocasiones, las zonas a lo largo de la línea de incisión se cicatrizan de forma incorrecta o comienzan a separarse. Si tienes problemas de cicatrización de heridas, podrían administrarte antibióticos.
- Cicatrices. Las cicatrices de las incisiones de un levantamiento de glúteos son permanentes. No obstante, por lo general, se hacen en zonas que son poco visibles.
- Cambios en la sensibilidad de la piel. Durante un levantamiento de glúteos, el reposicionamiento de los tejidos puede afectar los nervios sensoriales superficiales. Es probable que percibas una reducción de la sensibilidad o un entumecimiento. El entumecimiento normalmente disminuye en los meses posteriores al procedimiento.
- Al igual que cualquier otro tipo de cirugía mayor, un levantamiento de glúteos presenta riesgos de sangrado, infección y una reacción adversa a la anestesia.
- Si te sometes a un aumento de glúteos al mismo tiempo que a un levantamiento de glúteos, infórmate de los efectos secundarios con el cirujano. El uso de tu propia grasa puede tener efectos secundarios potencialmente graves, como infecciones e incluso la muerte.

Antes del procedimiento

- El levantamiento de glúteos se hace en un hospital. Durante el levantamiento de glúteos, te harán sentir comodidad con la ayuda de anestesia general, la cual te pone en un estado similar al del sueño.
- Se inserta un tubo en la vejiga para recolectar la orina. Las piernas se colocarán en dispositivos llamados "botas de compresión secuencial", que se utilizan para evitar coágulos sanguíneos durante la cirugía y después de ella.

Durante el procedimiento

El cirujano plástico hará una incisión a lo largo de la región lumbar, de cadera a cadera. Se levanta el exceso de piel debajo de la incisión y se levantan los glúteos. Luego, se extraen la piel extra y la grasa.

Durante el procedimiento, te darán un antibiótico para reducir el riesgo de infección.

El procedimiento suele tardar un promedio 3 horas. Sin embargo, puede tardar hasta seis horas si la cirugía se combina con otros procedimientos, como una dermolipectomía.

Después del procedimiento

-Después deLuego de un levantamiento de glúteos, es probable que te cubran la incisión con un vendaje quirúrgico. Por lo general, se colocan uno o dos drenajes debajo de la herida y cerca de la línea de incisión para extraer cualquier exceso de sangre o líquido.

-El equipo de atención médica te ayudará a caminar ya desde el primer día después del levantamiento de glúteos para ayudar a evitar la formación de coágulos sanguíneos.

-Es probable que sientas un dolor moderado, que se controlará inicialmente con un analgésico intravenoso. Los drenajes pueden dejarse colocados durante varias semanas después de la cirugía. Te mostrarán cómo vaciar y cuidar los drenajes.

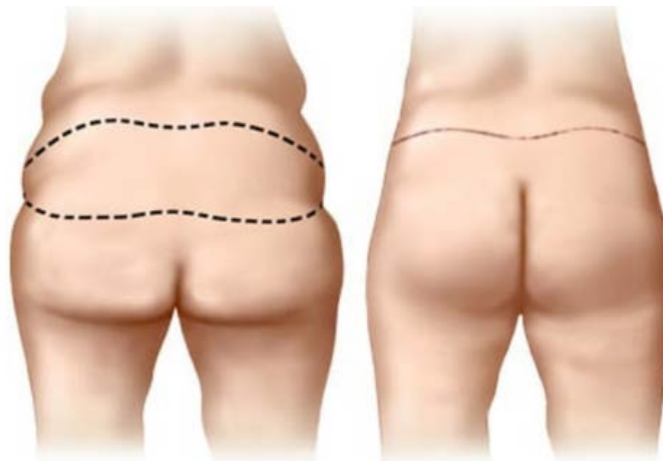
-Tal vez necesites seguir tomando un antibiótico después del levantamiento de glúteos. También es posible que debas tomar un medicamento para prevenir la formación de coágulos sanguíneos después de la cirugía.

-Después de unos días, comenzarás a usar una prenda de sostén durante las siguientes semanas. Esto ayudará a evitar la acumulación de líquidos y te brindará apoyo durante la cicatrización.

-El tratamiento de la cicatriz podría incluir el uso de una lámina de silicona, crema para cicatrices y masajes.

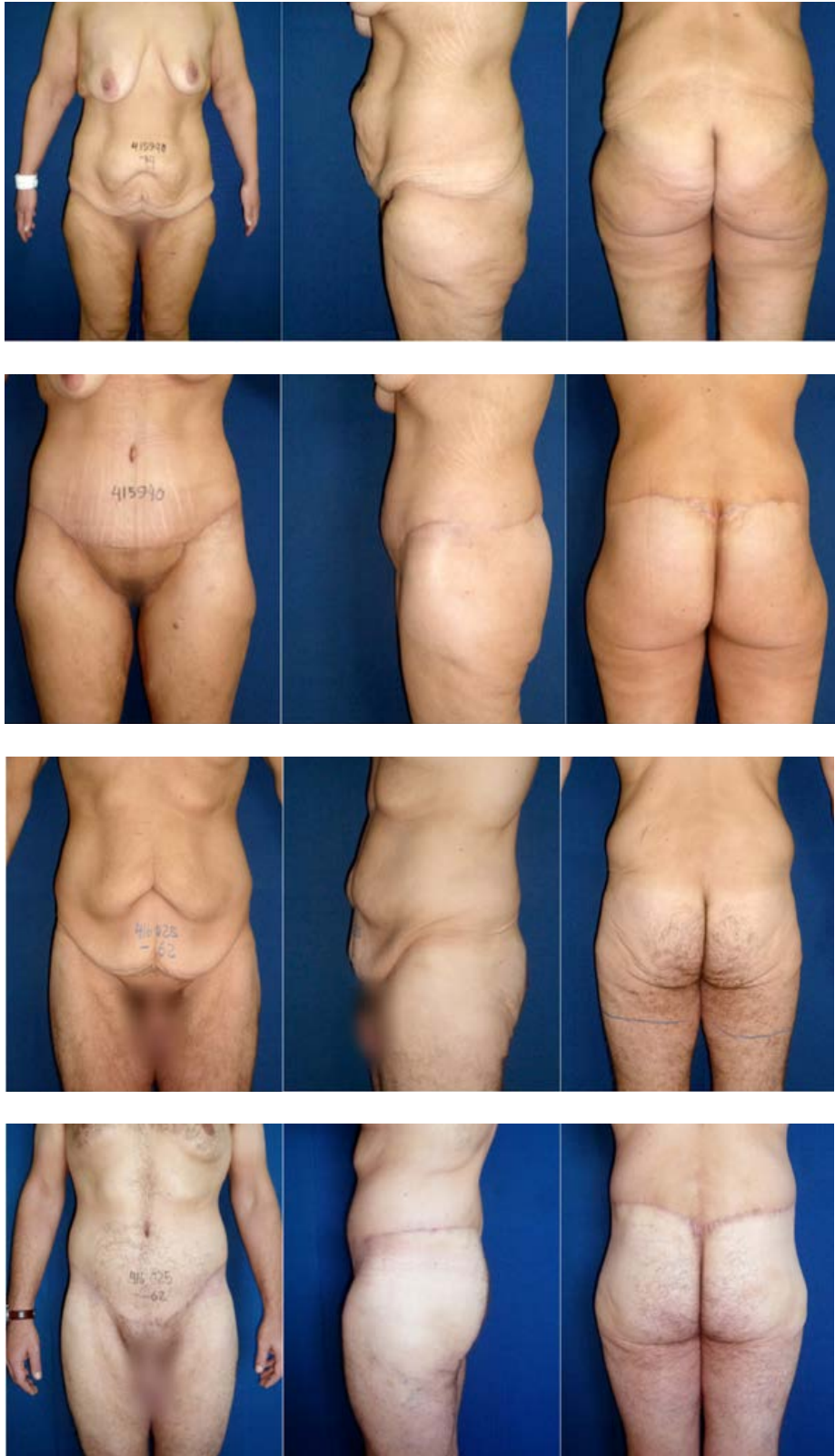
-El aspecto de la cicatriz mejorará con el tiempo.

-Durante los primeros meses después de un levantamiento de glúteos, deberás tener cuidado al moverte, aumentando el nivel de actividad de a poco. Deberás evitar las posiciones que provocan tensión en la línea de incisión para evitar que la herida se vuelva a abrir. El proveedor de atención médica te dará las instrucciones. Además, serán necesarias citas de seguimiento con este proveedor de atención médica.





DRA. CARMEN IGLESIAS
CIRUGÍA Y MEDICINA ESTÉTICA



CIRUGÍA DE LIFTING DE MUSLOS O CRUROPLASTIA

Durante el procedimiento

La técnica típica consiste en realizar unas incisiones ovaladas o elípticas para retirar la mayor parte de la piel entre el muslo y el vello púbico tensar la piel recolocándola en una posición superior.

La herida dependerá del exceso cutáneo del muslo. Lo normal es que quede disimulada en el contorno de la pierna, pero en los casos de pérdida de peso muy muy severos, puede ser necesaria una cicatriz vertical en el muslo.

Después el procedimiento

Las heridas se cubren con un apósito, y se colocará una faja. Puede que tengas un dolor moderado, que cede con los analgésicos habituales. Los drenajes se retirarán a las 24 h o cuando su débito sea menor a 30 cc al día.

Durante las 6 primeras semanas se debe tener cuidado al moverse y evitar posiciones que doblen la cintura o tuerzan la cicatriz.



CIRUGÍA DE MASTOPEXIA

Riesgos posibles son:

- **Hematomas**, que suelen ser temporales
- Cicatrización. Si bien al principio son muy evidentes, se suavizarán en los 2 años siguientes. En raras ocasiones se vuelven anchas y duras. Siempre quedan escondidas dentro del sujetador.
- Cambios en la **sensibilidad en los pezones** y en la piel que los rodea (areolas)
- Dificultad o incapacidad para amamantar
- Diferencias en el tamaño, la forma y la **simetría** de los senos izquierdo y derecho alterados quirúrgicamente, lo que podría necesitar otra cirugía para mejorar su apariencia

Durante el procedimiento

La técnica específica que se usa para reducir el tamaño de los senos puede variar. El procedimiento puede comprender lo siguiente:

- Cirugía mediante incisiones

Por lo general, el cirujano hará lo siguiente:

- Realizar una **incisión alrededor de la areola y debajo de cada seno**
- **Retirar el exceso** de tejido, grasa y piel del seno para reducir su tamaño
- **Remodelar el seno y reposicionar** tanto el pezón como la areola

El cirujano intentará lograr la simetría entre ambos senos; sin embargo, es probable que ocurra alguna variación en el tamaño y la forma de estos. Es posible que también se reduzca el tamaño de la areola. Las cicatrices de la incisión podrían atenuarse con el tiempo, pero nunca desaparecerán por completo.

Después del procedimiento

Inmediatamente después de la cirugía:

- Las mamas se protegerán con un apósito de gasa o un vendaje.
- Se puede colocar una sonda debajo de cada brazo para drenar el exceso de sangre o fluido.
- Es posible que el cirujano te recete analgésicos para el dolor y antibióticos para disminuir el riesgo de infección.

Durante los primeros días o la semana después de la cirugía:

- Las mamas probablemente se sientan sensibles y te duelan
- También pueden inflamarse y presentar hematomas
- El cirujano podría recomendar un sostén de compresión elástica al principio para proteger las mamas

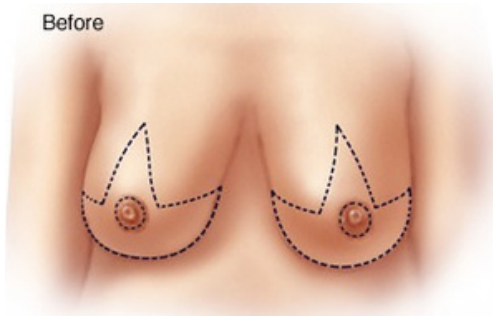
Después:

- Deberás limitar la actividad física durante dos a cuatro semanas mientras se recuperan las mamas.
- El cirujano puede recomendar que evites los sostenes con alambre durante un mes después de la cirugía.



DRA. CARMEN IGLESIAS
CIRUGÍA Y MEDICINA ESTÉTICA

Before



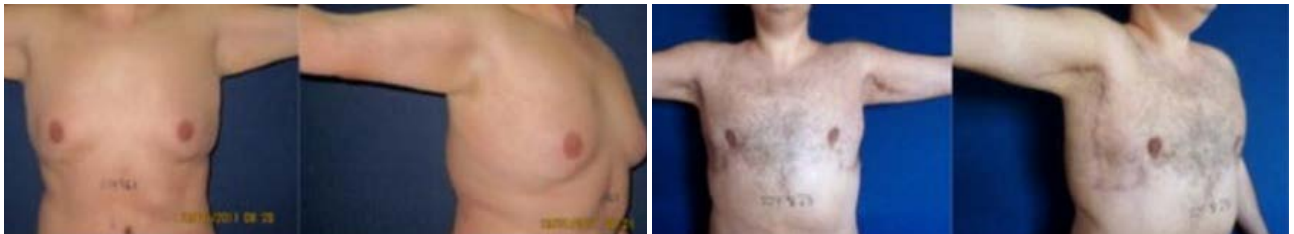
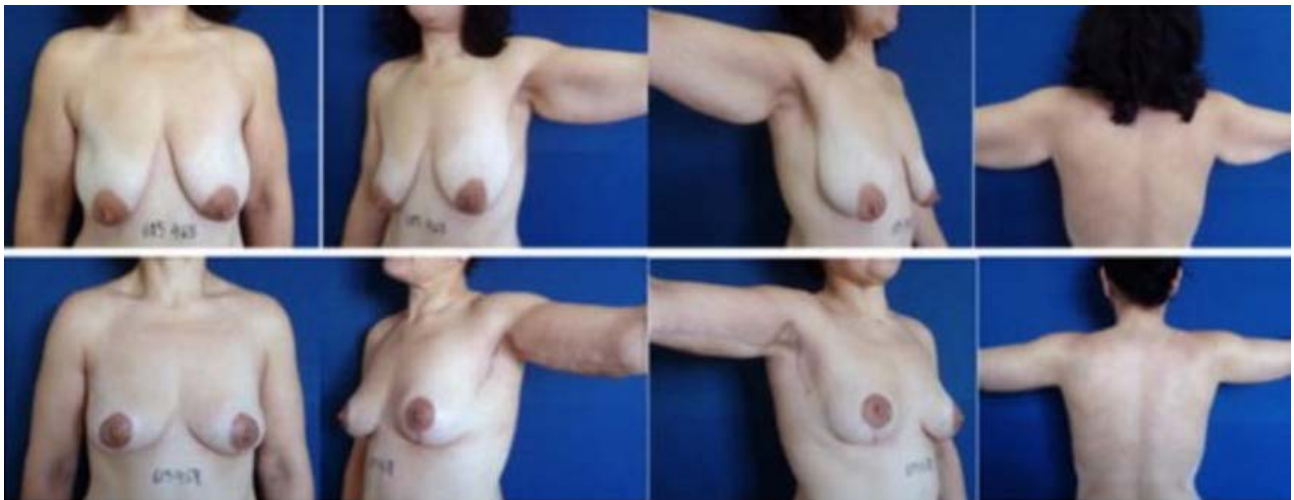
After





CIRUGÍA DE BRAQUIOPLASTIA

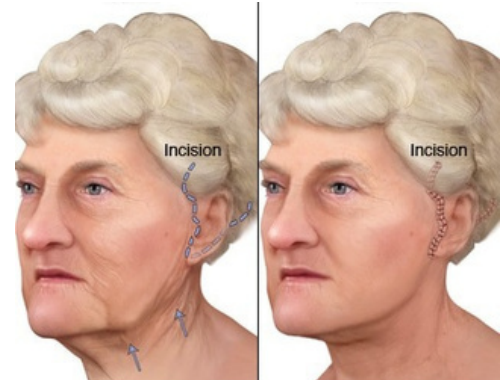
Esta cirugía puede hacerse asociada a la Mastopexia o por separado y las cicatrices pueden o no juntarse



CIRUGÍA DE LIFTING FACIAL O CERVICOFACIAL. RITIDECTOMÍA.

Se trata de un procedimiento quirúrgico encaminado a rejuvenecer el rostro reduciendo la flacidez o los pliegues de la piel en la mejilla y la línea mandibular, mejorando los cambios que se producen por el paso de la edad en el rostro.

Durante la cirugía, se reposicionan los tejidos blandos, se tensa la parte profunda de la piel, se reseca el exceso cutáneo y se reposiciona la piel en su nueva posición.



Las heridas comienzan en la línea del cabello en la sien hasta delante de la oreja, terminando bordeándolas.

Con el estiramiento del cuello se intenta reducir los depósitos de grasa y la flacidez de la piel del cuello.

Riesgos

La cirugía del Lifting cervico-facial presenta **los mismos riesgos que cualquier otro tipo de cirugía mayor**: sangrado, infección y una reacción adversa a la anestesia.

Si bien las complicaciones permanentes o a largo plazo son poco frecuentes, esta cirugía puede provocar cambios en la apariencia facial.

Otros riesgos posibles son:

- **Hematomas**, que suelen ser temporales. Es la complicación más frecuente. Suele producirse en las primeras 24 horas tras la cirugía, si este es importante, debe reintervenirse para prevenir daños en la piel y otros tejidos.
- **Cicatrización**. Si bien se ocultan con la línea del cabello y los contornos naturales del rostro o las orejas. En raras ocasiones se vuelven rojas y elevadas, en ese caso se pueden tratar con corticoides.
- **Lesión nerviosa**, es poco frecuente aunque, en ocasiones, pueden alterarse de manera temporal o menos frecuentemente, de manera permanente y puede ocasionar desviaciones de la comisura bucal. La pérdida temporal de la sensibilidad, puede durar algunos meses.
- **Pérdida del cabello**, en los lugares de incisión, es muy poco frecuente.
- En raras ocasiones, las cicatrices pueden **abrirse**, ello provocará una cirugía posterior para arreglar dichas cicatrices.



Lo que puedes esperar

Por lo general, la cirugía se realiza con **anestesia general**, ya sea en un hospital o en un centro quirúrgico para pacientes ambulatorios.

Durante el procedimiento

La cirugía durará de **2 a 5 horas**, aunque puede ser algo mayor en caso de asociar otros procedimientos.

Después del procedimiento

Inmediatamente después de la cirugía:

Durante los primeros días o la semana después de la cirugía:

- **Dolor** de leve a moderado
- **Manchado** leve por las incisiones
- **Hinchazón**
- **Hematomas**
- **Entumecimiento**

Cómuniquese con su cirujano caso de:

- **Dolor intenso** en un lado del rostro o el cuello de las 24 h posteriores a la cirugía .
- Falta de **aliento**.
- **Dolor de pecho**.
- **Latidos irregulares**.

Para los primeros días tras la cirugía:

- Descansa con la **cabeza elevada**.
- Toma los **analgésicos** según las recomendaciones.
- Coloca **compresas frías** en el rostro para aliviar el dolor y reducir la hinchazón.

Se programarán varias consultas de seguimiento durante los dos primeros meses. En ellas:

- El día después de la cirugía el cirujano retirará el drenaje, aplicará un antiséptico en las cicatrices y se repondrán los vendajes.
- A los 2 o 3 días después del estiramiento facial, podrás dejar de usar vendajes y empezar a usar el cabestrillo facial elástico.
- Se programarán las visitas posteriores.



DRA. CARMEN IGLESIAS
CIRUGÍA Y MEDICINA ESTÉTICA

Cuidado personal durante las primeras tres semanas te ayudará a recuperarte y reducirá el riesgo de complicaciones:

- **No retires las costras** que se forman sobre la herida
- Sigue las instrucciones sobre cuándo puedes comenzar jabón
- Usa prendas que se abrochen por caparte delantera
- **Evitar la presión** o los movimientos sobre las incisiones
- **Evite el maquillaje**
- **Evite realizar actividad aeróbica enérgica** o deportes durante 6 semanas
- **Evita la exposición solar directa** y use protector solar con factor de protección de 30 más. Evita hacer permanentes o teñirte el cabello en 6 semanas
- Puede ser recomendable postponer los actos sociales en unas semanas

Resultados

A pesar de que verás los resultados de inmediato, recuerda que la hinchazón y las cicatrices de la cirugía pueden **tardar** en desaparecer por completo.

Los resultados no son permanentes, aunque en general, pueden durar 10 años.



Dra. Carmen Iglesias
Cirugía Plástica
Nº Colegiado: 28-48-09159