

## **ADDOMINOPLASTICA**

Conosciuta più comunemente come "modellamento dell'addome", l'addominoplastica è una procedura chirurgica finalizzata alla rimozione dell'eccesso di cute e di grasso della regione sovrapubica e sottombelicale ed al rafforzamento dei muscoli della parete addominale. L'intervento consente una riduzione drastica delle protuberanze dell'addome. Produce, tuttavia, una cicatrice permanente le cui dimensioni variano in funzione dell'estensione del problema sul quale si interviene o delle procedure chirurgiche adottate per correggerlo. La tecnica impiegata ci consente comunque di posizionarlo in una zona dove possa essere completamente coperto da un normale slip.

## **PAZIENTI PER I QUALI È INDICATA**

I candidati ottimali per l'addominoplastica sono uomini e donne in buona salute, preoccupati per ampi accumuli adiposi oppure per una cute eccessivamente rilassata, che non rispondono in modo adeguato a diete o esercizio fisico. L'intervento è particolarmente indicato per quelle pazienti che, dopo varie gravidanze, hanno dilatato eccessivamente la cute e muscolatura addominali. Nei pazienti d'età più avanzata la addominoplastica consente di combattere con successo la perdita d'elasticità, spesso associata ad una leggera obesità.

Devono, invece, posporre l'intervento quei pazienti che prevedano di perdere una quantità di peso rilevante o le donne che stiano progettando una prossima gravidanza, a causa della quale i muscoli verticali dell'addome, che vengono rinforzati dall'intervento, potrebbero separarsi nuovamente. Le cicatrici prodotte da precedenti interventi di chirurgia addominale potrebbero indurre il vostro medico specialista a sconsigliarvi l'addominoplastica o ad avvertirvi del rischio di cicatrici eccessivamente vistose.

L'addominoplastica contribuisce a migliorare il vostro aspetto ed, al contempo, la vostra autostima, ma non vi può assicurare di raggiungere un'immagine ideale, né di modificare il comportamento di chi vi circonda. È

quindi importante che prima di sottoporvi all'intervento, valutate attentamente le vostre aspettative e le confrontiate con noi.

### **POSSIBILI COMPLICANZE INERENTI L'INTERVENTO**

Ogni anno vengono eseguiti con successo migliaia d'interventi di addominoplastica.

Vi sono comunque alcuni rischi, ed, inoltre, complicanze specifiche associate a queste procedure.

Sebbene estremamente poco frequenti, possono comunque insorgere complicanze post-operatorie, come coaguli o infezioni. Le infezioni possono essere trattate con drenaggio ed antibiotici, ma prolungano la permanenza in clinica. Il rischio di coaguli può essere minimizzato facendo deambulare il paziente appena sia possibile, subito dopo l'intervento.

Un processo di cicatrizzazione deficitaria, che provoca cicatrici vistose, può richiedere un intervento successivo. Nei pazienti fumatori si possono verificare maggiori complicanze post-operatorie o ritardi di cicatrizzazione, è necessario, quindi, che si astengano dal fumare.

### **PIANIFICAZIONE DELL'INTERVENTO**

Qualora i vostri depositi di grasso siano localizzati esclusivamente nella zona sotto-ombelicale, la procedura da applicare, chiamata addominoplastica parziale, può essere meno complessa. Questo intervento, come nel caso della addominoplastica completa, può, inoltre, essere associato ad una liposuzione per rimuovere i depositi di grasso dalle zone dei fianchi, consentendo di plasmare un miglior contorno corporale. In alcuni casi, il miglior risultato può essere garantito dalla liposuzione, senza richiedere alcun altro intervento.

Vi raccomanderemo, comunque, caso per caso, la procedura specifica più idonea per assicurare il contorno desiderato.

### **PREPARAZIONE ALL'INTERVENTO**

Vi forniremo le informazioni specifiche sulla preparazione all'intervento, che comprenderanno le linee-guida sull'alimentazione da seguire, il comportamento rispetto al fumo, i farmaci o le vitamine da ingerire o da evitare.

Se siete fumatori, dovrete astenervi dal fumo una o due settimane prima dell'intervento e di non riprendere prima delle due settimane successive. È necessario evitare un eccesso d'esposizione al sole prima dell'operazione, soprattutto nella zona addominale, ed è opportuno non intraprendere una dieta stretta; questi due fattori contribuiscono, infatti, a frenare il recupero post-operatorio. In presenza di raffreddori o infezioni di qualsiasi origine, è consigliabile posporre l'intervento.

Dovrete, inoltre, richiedere assistenza per il ritorno al vostro domicilio dopo l'operazione e per il giorno successivo, qualora fosse necessario.

## **INFORMAZIONI SULL'INTERVENTO**

L'intervento richiede ricovero in clinica. La durata della degenza è di due notti. Si somministrerà anestesia generale.

Un'addominoplastica completa richiede da due a cinque ore di intervento, in funzione dell'estensione della correzione da eseguire. L'addominoplastica parziale si esegue in una o due ore. Generalmente si pratica un'incisione nella zona immediatamente superiore all'area pubica. La lunghezza della cicatrice dipenderà dalla quantità di cute da rimuovere. La forma (più o meno orizzontale) sarà stabilita rispetto agli indumenti intimi indossati. Una seconda incisione consentirà di riposizionare l'ombelico. Nella addominoplastica parziale, l'incisione è molto più limitata e non si richiede normalmente trasposizione dell'ombelico, sebbene possa prodursi un posizionamento innaturale rispetto alla pelle che è suturata ed in tensione.

La cute viene poi separata dalla parete addominale e portata verso le costole, ottenendo una maggiore tensione del lembo cutaneo che rivela i muscoli verticali del vostro addome. Questi muscoli sono, poi, rimessi in tensione

riaccostandoli sulla linea mediana. Questo processo consente di rafforzare la parete addominale e di ridurre la circonferenza vita.

Il lembo cutaneo viene, poi, teso e la parte in eccesso eliminata. Grazie ad un'incisione specifica, viene trasposto l'ombelico. Al termine del processo le incisioni vengono suturate, la parte bendata ed, in alcuni casi, viene inserito un tubo di drenaggio per raccogliere il fluido in eccesso.

Nella addominoplastica parziale, la separazione cutanea avviene esclusivamente nella zona tra la linea di incisione e l'ombelico. Anche in questo caso il lembo cutaneo viene teso, l'eccesso rimosso, e si procede poi al riposizionamento del lembo.

Nella nostra clinica, l'intervento più frequente è l'addominoplastica parziale associato alla liposuzione estensiva (stomaco e fianchi). Questo intervento consente di ottenere migliori risultati rispetto alla addominoplastica tradizionale. È controindicato in grandi fumatori.

## **DOPO L'INTERVENTO**

Nei giorni immediatamente successivi, si può presentare gonfiore nella zona addominale e potrete avvertire leggeri dolori e senso di fastidio, ben controllabili con la somministrazione dei consueti farmaci anti-dolorifici. Immediatamente dopo l'intervento i pazienti dovranno rimanere a riposo, ma è consigliabile che si alzino per deambulare non appena sia possibile. Non dovranno sostenere pesi per 15 giorni. Si consiglia inoltre di riposare nella settimana successiva all'intervento. Raccomandiamo di non intraprendere viaggi nei sette giorni che seguono l'operazione.

I punti superficiali saranno rimossi entro cinque-sette giorni, mentre le suture profonde, le cui estremità sono visibili nella pelle, appariranno in due o tre settimane. La medicazione compressiva delle incisioni sarà sostituita da una fascia di supporto, da indossare durante 2 mesi.

## **RIPRESA DELL'ATTIVITÀ NORMALE**

Prima di sentirvi nuovamente come prima possono trascorrere settimane o mesi. Se la condizione fisica prima dell'intervento era ottimale, con muscoli addominali forti, il recupero post-operatorio sarà molto più rapido. Alcuni pazienti riprendono l'attività lavorativa dopo due settimane, mentre in altri casi sono necessarie tre o quattro settimane di riposo.

L'esercizio fisico vi aiuterà. Persino pazienti non abituati all'esercizio dovrebbero cominciare un programma di attività fisiche per ridurre il gonfiore, minimizzare il possibile rischio di coaguli e tonificare i muscoli. Per gli sport più intensi sarà preferibile attendere fino ad un completo recupero.

Le cicatrici potranno apparire peggiorate nei primi tre - sei mesi di guarigione, si tratta di un fenomeno assolutamente normale. E' necessario attendere dai 9 ai 12 mesi affinché le cicatrici maturino, appiattendosi e divenendo più chiare. Le cicatrici nell'addome sono comunque permanenti, ma potranno venire agevolmente coperte con un normale slip o con il costume da bagno.

## **IL VOSTRO NUOVO LOOK**

L'addominoplastica, sia parziale sia completa, consente di ottenere eccellenti risultati in pazienti che presentino indebolimento dei muscoli addominali o eccesso di cute. Nella maggior parte dei casi, i risultati sono duraturi, se accompagnati da un'adeguata dieta e da esercizio fisico regolare.

Se le vostre aspettative sono realistiche e siete preparati agli effetti di una cicatrice permanente ed a un periodo di recupero prolungato, l'addominoplastica è la risposta giusta ai vostri problemi!