

ABDOMINOPLASTIA (CIRURGIA PLÁSTICA DO ABDOME)

A abdominoplastia destina-se à remoção de gordura localizada no abdome inferior, assim como da flacidez de pele ao redor da região umbilical e das estrias situadas entre o umbigo e os pêlos pubianos. **Não consegue eliminar as estrias dos flancos (região lateral) ou da região superior ao umbigo. Por ser um tratamento de flacidez, não deve ser encarado como uma opção entre este procedimento e a lipoaspiração. Nos casos de lipoaspiração pura, não há flacidez de pele, mas somente excesso localizado de gordura em uma região com boa textura e elasticidade da pele.** Pode ser sub dividida em mini abdominoplastia e em dermolipectomia clássica. Na primeira, trata-se somente a porção inferior do umbigo, não havendo necessidade de reposicioná-lo. Já na abdominoplastia clássica, trabalha-se todo o abdome anterior com o tratamento concomitante da cicatriz umbilical.

A cirurgia plástica do abdome não deve ser considerada como um tratamento de emagrecimento, apesar de nos casos de grandes obesos que perderam peso as ressecções de tecidos serem, às vezes, de grandes proporções. Pessoas demasiadamente obesas obtêm resultado pouco satisfatório com a cirurgia. Nestes casos, a indicação cirúrgica poderá ser feita apenas por razões funcionais e higiênicas. Consideramos que o importante nestas cirurgias não é o que se retira, mas sim a manutenção das proporções do corpo e da harmonia como um todo após estas ressecções. Sendo uma cirurgia que retira determinada quantidade de pele e gordura, evidentemente haverá uma redução no peso corporal, que varia de acordo com o volume do abdome de cada paciente. Não são, entretanto, os "quilos" retirados que definirão o resultado estético, mas sim as proporções que o abdome mantenha com o restante do tronco e os membros. Paradoxalmente, os abdomes que apresentam melhores resultados estéticos são justamente aqueles em que se fazem as menores retiradas. A cirurgia também corrige algum grau de flacidez muscular da parede abdominal que possa acompanhar os excessos de tecidos. Assim, podemos reposicionar os músculos retos do abdome que estejam afastados após uma gravidez, distensões abdominais prolongadas ou mesmo por incompetência muscular.

Como também se trata de cirurgia de contorno, a abdominoplastia muitas vezes é acompanhada de lipoaspiração de flancos (porção lateral do abdome), dorso, ou outras áreas de necessidade para a harmonia deste segmento corporal.

AS CICATRIZES

Podem ser de tamanhos variáveis de acordo com a quantidade e localização do excesso de tecidos a serem removidos. Elas se caracterizam por uma linha arqueada, sendo baixa na região pubiana e elevando-se em direção lateral. Com este formato, ela é planejada para ficar escondida sob os trajes íntimos ou de banho. Em determinadas situações em que não há distensibilidade suficiente dos tecidos para alcançar a região pubiana, haverá a necessidade da complementação da cicatriz arqueada com um pequeno traço vertical mediano, deixando o aspecto final de um "T" invertido.

Cada situação é particular e não depende do cirurgião, mas sim das condições anatômicas de cada abdome. Pode estar certo de que serão posicionadas as menores cicatrizes necessárias a um bom resultado estético.

Com a necessidade de reposicionamento do umbigo, uma pequena cicatriz é colocada ao redor do mesmo, mas de forma a escondê-la na depressão umbilical tanto quanto possível. Esta normalmente não é necessária nas mini-abdominoplastias.

Até o 30º dia, o corte apresenta bom aspecto, podendo ocorrer discreta reação aos pontos. Do 30º dia ao 12º mês, poderá haver um espessamento natural da cicatriz com mudança na sua tonalidade, podendo passar do vermelho ao marrom, para em seguida começar a clarear. É o período que mais preocupa os(as) pacientes, todavia sendo temporário e variando de pessoa para pessoa. A partir daí, a cicatriz tende a ficar cada vez mais clara e menos espessa, atingindo seu aspecto definitivo. Portanto, qualquer avaliação definitiva de uma cirurgia deste tipo, deverá ser feita após um período de 18 meses. Na dúvida, converse com seu cirurgião.

Menos freqüentemente, pode ocorrer de as cicatrizes sofrerem um alargamento, ou tornarem-se grossas, altas e duras, formando quelóides. Estes estão relacionados à qualidade da pele ou à genética do(a) paciente e não ao modo como foi realizada a cirurgia. Se ocorrerem, seu médico lhe dará toda a orientação e tratamento adequado, indicando, quando pertinente, uma cirurgia oportuna para o retoque.

Cicatrizes infra-umbilicais pré-existentes (cesariana ou de apêndice) são, na maioria das vezes, ressecadas durante a cirurgia. As que se localizam acima do umbigo, assim como estrias nesta localização, permanecerão e, na verdade são deslocadas para baixo.

PARTICULARIDADES

Em algumas situações em que os(as) pacientes apresentam a região supra umbelical ("estômago alto") muito espessa (com depósito de gordura), pode haver a necessidade de mais de uma cirurgia para se obter um bom resultado já que nem sempre é aconselhável tratar esta região com descolamento dos tecidos e lipoaspiração concomitante. É através da porção superior do abdome que os tecidos inferiores são nutridos, sendo que um trauma adicional (lipoaspiração) nesta região pode trazer alguns inconvenientes. Nestes casos, recomendamos a abdominoplastia num primeiro tempo e uma lipoaspiração depois de no mínimo 6 meses a 1 ano. O seu caso será detalhadamente discutido e planejado de forma particular.

Também, nos grandes obesos que perderam muito peso ou que foram submetidos a cirurgias de emagrecimento, pode-se ter que particularizar os planos cirúrgicos com mudanças nos traçados cicatriciais. Tudo será esclarecido quando houver estas indicações.

QUANDO OPERAR

Desde que haja esta flacidez abdominal comprovada, pode-se indicar a cirurgia, respeitando-se o início da idade adulta. Em mulheres que ainda não tiveram filhos, recomendamos refletir bastante antes de se decidir pela cirurgia, conversando com o seu médico e familiares. Isto porque a cirurgia não impede que ela engravide, mas caso ocorra a gravidez após a abdominoplastia, os resultados estéticos certamente ficarão comprometidos, necessitando de nova cirurgia na maioria dos casos.

Também após uma gravidez, recomendamos esperar que os tecidos se acomodem antes de se indicar uma cirurgia plástica do abdome. Não aconselhamos a cirurgia antes de 12 meses do parto e antes de 6 meses da última amamentação.

CUIDADOS PRÉ-OPERATÓRIOS

Após conversar com seu médico e esclarecer todas as suas dúvidas, ele lhe indicará alguns exames de rotina que recomendamos sejam feitos cerca de 10 dias antes da cirurgia. Também uma avaliação clínico-cardiológica (risco cirúrgico) será recomendada. Em casos determinados podemos solicitar o ultra-som abdominal ou outro exame específico que possa ajudar no esclarecimento diagnóstico.

Lembre-se das recomendações gerais para as cirurgias, como: **não usar**, por 2 semanas antes, medicamentos à base de AAS, anticoagulantes, corticóides de uso prolongado ou medicamentos para emagrecer. Abstinência do fumo por 30 dias antes da operação; **não usar** cremes corporais a partir da véspera da cirurgia; **não depilar ou raspar** os pêlos pubianos em casa; jejum de acordo com a recomendação médica (10 horas antes da cirurgia); comunicar ao seu médico qualquer anormalidade ou uso recente de medicamentos, alergias medicamentosas ou alimentares; guardar em casa objetos pessoais como jóias e bijuterias e alguma outra recomendação que venha a ser pertinente.

Acordar de jejum no dia da cirurgia, tomar banho completo e chegar ao Hospital 1 hora antes da cirurgia com acompanhante.

FUMO

Já referimos a real necessidade de suspender o hábito de fumar pelo menos 30 dias antes da operação. É sabido que o fumo prejudica a circulação cutânea e dificulta a cicatrização, levando até mesmo a necrose (morte) de pele. Em casos de necessidade associa-se vitamina C e vasodilatadores antes da cirurgia. Isto será orientado pelo seu médico.

A CIRURGIA

A abdominoplastia é realizada sob anestesia peridural com sedação, podendo ser geral a critério da equipe cirúrgico-anestésica. Normalmente dura em torno de 3 a 4 horas. Lembre-se que o tempo total de permanência no bloco cirúrgico é maior que o tempo real da cirurgia pois o preparo e a recuperação pós-operatória contribuem para este aumento. O(a) paciente deverá permanecer internado(a) na clínica ou hospital por 1 ou 2 dias, ou por períodos diferentes, de acordo com a avaliação médica de cada caso.

Lembramos que nenhum procedimento cirúrgico é isento de riscos. Eles são, de uma maneira geral previsíveis e controláveis. Somente realizamos cirurgias estéticas em clientes saudáveis e que passaram por uma criteriosa avaliação clínico-cardiológica.

Após incisarmos o abdome inferior, descolamos todo o tecido superficial até a transição com o tórax. Cauterizamos os pequenos vasos sangrantes deste trajeto e, após a ressecção dos excessos de tecidos que foram planejados para serem removidos, tratamos a flacidez muscular (se presente), reposicionamos os tecidos abdominais com posterior reinserção do umbigo, que ficará geralmente na mesma altura do original. São dados pontos de diversos tipos (internos e externos) que serão retirados conforme programação no pós-operatório. Às vezes são colocados drenos que serão removidos em 24 a 48 h de pós-operatório, de acordo com a avaliação médica.

São feitos curativos locais e vestimos um modelador elástico no(a) paciente que será usado nos primeiros 30 dias, ou de acordo com a recomendação específica para cada caso.

ORIENTAÇÕES PÓS-OPERATÓRIAS

Normalmente esta cirurgia não apresenta um pós-operatório doloroso. Mesmo assim se apresentar algum grau aumentado de sensibilidade dolorosa, o uso de analgésicos comuns resolvem bem e serão recomendados em sua prescrição de pós-operatório. Somente use

medicamentos recomendados pelo seu médico, seguindo todas as orientações dadas pela equipe cirúrgica. É melhor que você esclareça suas dúvidas com quem o(a) operou ao invés de pedir orientações a amigos que não conhecem detalhadamente o seu caso, ou outros profissionais médicos que não praticam esta cirurgia. Provavelmente você estará se sentindo tão bem, a ponto de esquecer que foi operada recentemente. Cuidado! A euforia poderá levá-la a um esforço inoportuno, o que determinará certos transtornos.

O paciente poderá permanecer internado por mais de 24 h dependendo da evolução da cirurgia.

Nesta cirurgia o período de recuperação é maior.

O paciente inicia o retorno parcial às suas atividades em uma semana.

O(a) paciente receberá alta hospitalar, no dia seguinte, com todas as recomendações necessárias a uma boa recuperação:

- Repouso relativo de atividades físicas e limitação de movimentos bruscos e amplos, principalmente aqueles que envolvam a contração da musculatura abdominal;

- Recomendamos movimentar constantemente os membros inferiores durante o período de repouso para melhorar a circulação e evitar possíveis casos de trombose;

- A movimentação (caminhada) deverá seguir algumas instruções de posição que lhe serão explicadas. As pequenas caminhadas são muito importantes já no dia seguinte da cirurgia. Não há a necessidade de permanecer deitado(a) durante todo o dia. Descanse a posição das costas para que ao deitar, você consiga relaxar. Ao assentar, não dobre agudamente sobre a área operada, evitando comprimi-la;

- Deitar com o tronco elevado por almofadas e travesseiros e um suporte de almofadas sob os joelhos. Não deitar de lado ou de bruços até que seja autorizado pelo seu cirurgião;

- Banhos ou trocas do modelador somente com a autorização da equipe cirúrgica ou sob sua orientação, geralmente no 1º dia após cirurgia;

- Não trocar ou manipular os curativos, mesmo que haja um pequeno sangramento (que é normal e não deve assustá-lo(a)). Todas as trocas de curativos deverão ser feitas pela equipe cirúrgica ou orientadas por ela;

- Os retornos para a retirada de pontos e avaliação pós-operatória são feitos de acordo com orientação médica. Retornos adicionais serão comunicados pelo cirurgião e devem ser seguidos para uma completa recuperação e avaliação dos resultados.

- Não dirigir por um período mínimo de 3 semanas;

- Não carregar peso por no mínimo 3 semanas;

- Após 2 meses poderá retornar a suas atividades físicas habituais como ginástica geral, abdominal e natação. Elas irão ajudar na conservação dos resultados;

- Exposição ao sol com o intuito de bronzear somente será permitida após 30 dias. Até aí, pequenas caminhadas sob o sol poderão ser feitas com o uso de bloqueadores solares;

- Vida sexual, com moderação estará liberada após 8 dias da cirurgia;

- Recomendamos a realização de massagens (drenagem linfática) com início no 5º dia de pós-operatório, até cerca de 30 dias, ou de acordo com a avaliação médica;

- O(a) paciente jamais deverá fazer compressas quentes na área operada, para melhorar o inchaço. A pele ainda estará sensível e poderá ocorrer queimadura de 3º grau.**

INTERCORRÊNCIAS

As intercorrências são situações que surgem no período pós-operatório e não interferem no resultado. São exemplos: equimoses (manchas roxas na pele), edema (inchaço), pequenos hematomas que podem drenar espontaneamente ou necessitar drenagem cirúrgica, eliminação de pontos internos (por volta de 3 semanas), deiscência de pontos (abertura do corte), seroma (coleção de líquidos que se formam pelo grande descolamento tecidual), alterações passageiras (melhoram após vários meses) ou definitivas da sensibilidade da pele etc. Em

alguns casos, poderá ocorrer, após o 8º dia, a eliminação de certa quantidade de líquido amarelado ou sanguinolento, por um ou mais pontos de cicatriz. Não se preocupe, porque se isto lhe ocorrer não significa complicação.

Outras intercorrências indesejáveis e mais complexas, que felizmente são raras: infecção, grande deiscência (abertura) de pontos, necrose (morte) parcial ou total da pele próximo à cicatriz, grandes hematomas que precisam ser drenados e as intercorrências pertinentes a qualquer procedimento cirúrgico. Sua ocorrência, felizmente, não é freqüente e não costuma comprometer os resultados. Nestas eventualidades é fundamental manter a calma e conversar profundamente com seu médico que cuidará atentamente do seu caso. A paciente não deve transmitir a existência destas intercorrências a seus amigos e familiares. Eles poderão deixá-la insegura, nada podendo fazer efetivamente para ajudá-la. Isto gera angústia, dúvidas e insegurança. Continuar confiando no seu médico ainda é o melhor caminho e ele saberá como lhe ajudar, pois só ele sabe realmente como foi realizada sua cirurgia, em todos os seus detalhes.

EVOLUÇÃO EM LONGO PRAZO

A abdominoplastia associada ou não a lipoaspiração não é cirurgia para o resto da vida. A qualidade dos resultados sofre alterações contínuas ao longo dos anos. Alguns fatores como idade, variação do peso corporal, qualidade e textura da pele, influências hormonais, gravidez etc interferem de forma incisiva no abdome, independentemente de terem ou não sido operado. Mesmo assim, dificilmente, perde-se os resultados desta cirurgia. Quando pertinente, nova cirurgia poderá ser indicada quando, com o passar do tempo, estas alterações se apresentarem, alterando o formato e/ou volume do abdome. Esta não é, entretanto, um retoque da primeira. É um novo procedimento que poderá ser indicado para tratar os efeitos do tempo e demais fatores sobre abdome.

Assim como, logo após a cirurgia do abdômen alguns pacientes apresentam uma projeção (acúmulo/abaulamento) na região epigástrica (estômago), que representa gordura pré existente, que não pode ser removida na primeira cirurgia para não gerar complicações locais (morte da pele).

Essa gordura necessita de reintervenção futura (lipoaspiração) não representando complicação ou erro ou resultado ruim da cirurgia de abdômen.

IMPORTANTE: Resultados definitivos somente devem ser considerados após 12 meses da cirurgia. As cirurgias de retoques, quando necessárias, serão aconselhadas pelo cirurgião, devendo-se respeitar o tempo necessário para a adequação dos tecidos e acomodação das cicatrizes. Quando realizadas em momento inoportuno, podem não alcançar os resultados desejados. Os retoques não significam incapacidade técnica mas sim uma revisão cirúrgica para se alcançar resultados ainda melhores. Os custos destes possíveis retoques serão cobrados somente em relação às despesas hospitalares e de anestesista. Não serão cobrados honorários da equipe cirúrgica desde que estes retoques sejam realizados no período sugerido pelo cirurgião.

Para fins de honorários, será considerado retoque, todo procedimento indicado pelo seu cirurgião, seguinte à primeira cirurgia, até um período subsequente de 12 meses. Após este período, qualquer intervenção cirúrgica será considerada como um novo procedimento, independente do primeiro, mesmo que nas mesmas áreas.

O código de normas e condutas do cirurgião plástico da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica proíbe a exibição de fotos de pré e pós-operatório, mesmo que haja autorização do paciente. Proíbe ainda o uso de fotos de partes do corpo. A divulgação de preços e condições de pagamento em meios de comunicação, como jornal e TV é vedada.

CONSIDERAÇÕES FINAIS – POR FAVOR, LEIA ATENTAMENTE

Após as explicações supracitadas, esclarecemos que em cirurgia plástica não há promessa de resultados o que, eticamente, não fazemos.

Sua cirurgia será realizada segundo técnicas cirúrgicas consagradas e publicadas cientificamente. Nossa Equipe fará o possível para garantir a qualidade do serviço e seu bem estar, porém frisamos que não prometeremos resultados, uma vez que a própria medicina não é uma ciência exata e dependeremos da sua reação orgânica pós cirúrgica para o alcance de nossos objetivos.

MUITO IMPORTANTE: É comum que suas expectativas em relação à cirurgia plástica sejam maiores que os resultados obtidos, mas lembre-se que as alterações em seu corpo tornam limitadas as possibilidades da cirurgia e que ela é realizada por cirurgiões que também possuem limitações humanas.

Consulte informações sobre seu cirurgião plástico junto à Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica pelo site na internet ou pelo telefone:

SBCP NACIONAL

Fone: (11) 3826-1499 / 3826-1710

Site: www.cirurgioplastica.org.br

SBCP Regional/MG

Fone: (31) 3275-1488

“Lembre-se de ler também as orientações gerais em cirurgia plástica que sempre são entregues junto com este informativo.”