

# Abdome

## **Cirurgia elimina excesso de gordura e pele**

A abdominoplastia, conhecida por plástica de abdome, é um procedimento que consiste na retirada do excesso de pele e gordura do abdome inferior, associado à colocação da musculatura (plicatura) na posição correta. É feita uma costura interna para prender a gordura da pele ao músculo do abdome. A finalidade é fixar essas duas camadas para evitar a formação de espaços onde acumula-se líquido, conhecido por seroma, e que ocorre com muita frequência na abdominoplastia. Como a pele fica presa internamente ao músculo, esses espaços deixam de existir, eliminando, assim, a função do dreno.

### **Cuidados**

Devido ao fato da pele ter sido esticada, a paciente precisa manter o corpo curvado durante 7 a 10 dias. Ao andar, as palmas das mãos devem encostar nos joelhos. A coluna deve voltar ao normal gradualmente, entre 15 e 20 dias. Para dormir, a posição é de decúbito dorsal (barriga para cima). É recomendável usar almofadas e travesseiros atrás das costas e dos joelhos, para maior conforto. A paciente poderá deitar-se de lado após um mês da cirurgia e, de bruço, quando completados três meses.

A cinta compressiva é indispensável nessa cirurgia, sendo colocada na paciente quando ela ainda está no centro cirúrgico. Os resultados da abdominoplastia também dependem, em grande parte, da drenagem linfática, que deve ser iniciada cinco dias depois da cirurgia. Esse procedimento precisa ser repetido até que os pontos sejam retirados, o que ocorre entre 7 e 10 dias.

### **Atividade física**

De um modo geral, 20 dias após a cirurgia a paciente estará em condições de dirigir, voltar ao trabalho e começar a caminhar, sem correr. Atividades mais pesadas, como natação e musculação, são liberadas depois de três meses, tempo que a paciente leva para se recuperar por completo.