**Abdominoplastia**  
Uma barriga mais lisa e com aparência mais tonificada geralmente é o sonho de muitas pessoas, no entanto, não é fácil com toda a correria cotidiana permanecer com esse tipo de físico. Para isso a cirurgia plástica inovou com a abdominoplastia que cada vez mais alcança mais adeptos.



https://pixabay.com/pt/barriga-est%C3%B4mago-menina-mulher-3520191/  
   
**O que é a abdominoplastia?**

É uma cirurgia plástica que busca retirar não só as gorduras localizadas, como também o excesso de pele. Além desses dois benefícios maravilhosos, é possível remover algumas estrias da região abdominal e recuperar a firmeza dos músculos da região do abdome.

**Quem pode fazer a abdominoplastia?**

Todos que gozam de perfeita saúde podem realizar o procedimento. Claro que com as orientações médicas necessárias (bem como a liberação para o realização da cirurgia). Esse procedimento é bastante recomendado para mulheres que passaram por uma ou mais gestações e permaneceram com um acúmulo de gordura e pele na região abdominal.

É indicada também para indivíduos que sofreram uma perca de peso brusca e a pele continua flácida. Há também alguns casos em que devido à genética a pessoa possui uma facilidade de acúmulo de gordura nessa região e por isso a abdominoplastia é uma ótima opção para reparar essa área do corpo.

**Preciso perder peso para fazer a abdominoplastia?**

Muitas pessoas tem essa dúvida sobre a necessidade de perder ou não peso antes do procedimento da abdominoplastia. E a resposta é: irá depender do caso. Não há uma regra pré-estabelecida de perda ou não de peso para a realização da cirurgia.

Ao decidir se submeter à abdominoplastia o médico cirurgião plástico deverá realizar uma consulta (anamnese) para assim decidir se será necessário ou não a perca de peso. Na maioria dos casos é recomendável que seja pedido o peso antes da cirurgia, já que a perda após o procedimento poderá resultar em alguma flacidez.

**O que fazer antes da abdominoplastia?**

Existem alguns pontos a serem analisados antes da cirurgia de abdominoplastia, vejamos:

* Conheça o local onde será realizado. É importante conhecer o hospital ou clínica onde o procedimento será realizado, faça uma pesquisa cuidadosa.
* Confie em seu cirurgião e em seu anestesista. Procure indicações de amigos ou parentes, se certifique que são profissionais capacitados em suas áreas de atuação. É o seu corpo, entregue a quem você tem certeza que tratará dele com cuidado.

**O que ocorre no pós-operatório?**

Após um procedimento cirúrgico é importante estar atento a algumas situações normais e algumas orientações.

* Para diminuir os inchaços e evitar formação de líquidos, use malhas de compressão.
* Você poderá sentir dores locais que deverão ser controladas com analgésicos (sendo recomendado pelo seu médico, levando em conta se há algum histórico de alergias medicamentosas).
* No início não fique ereta, ande o necessário em posição curvada. Aos poucos sempre mantenha uma rotina de pequenas caminhadas
* Durma de barriga para cima com as pernas flexionadas (se necessário as apoie em travesseiros).

**Após a abdominoplastia é preciso drenagem linfática?**

A drenagem linfática é um procedimento indicado para qualquer pessoa que deseja diminuir a retenção de líquidos. Por isso esse procedimento é indicado para todos os pós-operados de abdominoplastia, pois ajudará o seu corpo a eliminar toxinas e líquidos através do sistema linfático.

Auxílio na cicatrização e diminuição das dores pós-operatórias também são um dos pontos positivos da drenagem, no entanto só comece as sessões depois que seu médico liberar, pois ele saberá qual o melhor momento para iniciar esse procedimento.

O corpo dos seus sonhos está ao seu alcance. Com auxílio cirúrgico de qualidade e reeducação alimentar o resultado de sua abdominoplastia será bastante duradouro.