CHIRURGIA ESTETICA

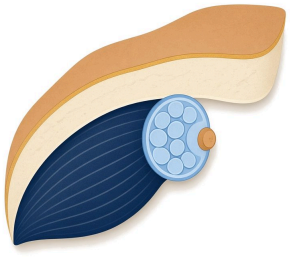
Ginecomastia: Una Guida per Uomini

Perché nel torace maschile si sviluppa tessuto mammario, come si distingue la ghiandola dal grasso, che cosa comporta l'intervento e come sono le prime settimane



Il torace maschile può aumentare di volume per due motivi diversi: il grasso, che risponde al dimagrimento, e il tessuto ghiandolare mammario, che non risponde. Quasi tutti gli uomini con ginecomastia hanno un po' di entrambi.

GHIANDOLA E GRASSO, IN SEZIONE



Un disco compatto di tessuto ghiandolare si trova subito dietro il capezzolo, circondato da grasso più morbido. I due si trattano in modo diverso.

PERCHÉ DIETA E ALLENAMENTO NON BASTANO

- **La ghiandola non è grasso.** È tessuto mammario, e nessun esercizio la riduce.
- **Dimagrire può renderla più visibile.** Man mano che il petto si asciuga, il disco dietro il capezzolo risalta di più.
- **Il muscolo non la nasconde.** Un pettorale sviluppato spinge il tessuto in avanti invece di coprirlo.

LE CAUSE PIÙ COMUNI

Pubertà
Frequente, spesso si risolve entro i vent'anni, ma non sempre.

Ormoni
Uno squilibrio tra testosterone ed estrogeni.

Farmaci
Diversi farmaci e alcuni integratori, steroidi anabolizzanti compresi.

Peso
Il grasso aggiunge volume e influisce anche sugli ormoni.

Sconosciuta
In molti adulti non si trova una causa unica.

Perché a volte il primo passo è un esame, non un intervento

Un aumento recente o da un solo lato, dolore o un nodulo irregolare al tatto si valutano dal punto di vista medico prima di qualsiasi piano estetico. Nella maggior parte degli uomini non si trova nulla, ma il controllo fa parte di un lavoro fatto bene.

Chieda una valutazione: la prima domanda è che tessuto sia, non come toglierlo.

I gradi, e che cosa richiede ciascuno

La visita fa due cose: distingue al tatto la ghiandola dal grasso e valuta quanta pelle c'è. Insieme definiscono il grado, e il grado definisce la tecnica.

I GRADI, IN FORMA SEMPLIFICATA

GRADO	COME SI PRESENTA	CHE COSA RICHIEDE DI SOLITO
I	Un piccolo disco compatto dietro il capezzolo; niente pelle in eccesso	Asportazione della ghiandola da una piccola incisione al bordo dell'areola
II	Aumento più ampio, petto più pieno; pelle ancora tonica	Liposuzione più asportazione della ghiandola
III	Aumento marcato con pelle lassa e capezzolo basso	Asportazione e liposuzione, con rimozione di pelle
IV	Forma simile a un seno con molta pelle in eccesso	Anche riduzione della pelle e riposizionamento del capezzolo

Una versione semplificata della classificazione clinica. Il suo piano segue la visita.

CHE COSA CHIARISCE LA VISITA AL TATTO

- ✓ **Ghiandola o grasso.** Un disco compatto e gommoso è ghiandola; un tessuto più morbido e diffuso è grasso.
- ✓ **Tono della pelle.** Se la pelle si ritrarrà dopo la rimozione del volume o va rimossa.
- ✓ **Posizione del capezzolo.** Un capezzolo basso può richiedere un riposizionamento.
- ✓ **Simmetria.** Spesso un lato è più grande; il piano lo corregge.

PSEUDOGINECOMASTIA

- ✓ **Solo grasso, niente ghiandola.** Frequente con un peso corporeo più alto.
- ✓ **Risponde al dimagrimento.** Per questo si affronta il peso prima di valutare l'intervento.
- ✓ **Può bastare la liposuzione.** Se la pelle è tonica e il peso è stabile.

ⓘ Se si tratta soprattutto di grasso e il suo peso sta ancora cambiando, il consiglio onesto è stabilizzarlo prima. Se dietro il capezzolo c'è un disco compatto, nessuna attesa lo cambierà.

Invii una foto e descriva com'è il tessuto al tatto: ci dice molto.

L'intervento

L'intervento per la ginecomastia è breve, di solito in day hospital o con una notte, ed eseguito con incisioni pensate per scomparire nel bordo dell'areola. La tecnica si adatta al grado.

TRE STRUMENTI, DA SOLI O INSIEME

GRASSO

Liposuzione

Piccoli accessi sul lato del torace. Rimuove il grasso e raccorda il petto al profilo circostante.

GHIANDOLA

Asportazione della ghiandola

Una breve incisione lungo il bordo inferiore dell'areola. Il disco si rimuove direttamente; la cicatrice si confonde nel cambio di colore.

PELLE

Riduzione della pelle

Solo quando la pelle non si ritrae. Incisioni più lunghe, pianificate dove si vedono meno.

IL GIORNO DELL'INTERVENTO

1. **Disegno** — Il chirurgo traccia il piano con lei in piedi.
2. **Anestesia** — Generale, o locale con sedazione nei casi più piccoli.
3. **Intervento** — Di solito da una a due ore.
4. **Guaina** — Si applica una guaina compressiva prima del risveglio completo.

CHIESTO IN QUASI OGNI VISITA

Resterà una cicatrice visibile?

L'incisione al bordo dell'areola si confonde nel passaggio tra i due toni di pelle. I segni della liposuzione sono di pochi millimetri.

Può ritornare?

La ghiandola rimossa non ricresce. Aumento di peso o cambi ormonali possono aggiungere grasso: per questo conta la stabilità.

Il capezzolo sembrerà normale?

È proprio l'obiettivo: un petto piatto con un capezzolo nel punto giusto e una proiezione normale.

Chieda quale combinazione dei tre strumenti pianificherebbe per lei l'équipe medica.

PAGINA 4 DI 4

Il recupero con la guaina compressiva

La guaina è la parte più importante delle cure post-operatorie. Controlla il gonfiore, aiuta la pelle ad aderire al nuovo profilo e riduce il rischio di raccolte di liquido.

LE PRIME SETTIMANE

GIORNO 1
A casa o una notte
Guaina indossata; lieve fastidio, gestito con compresse.

GIORNO 3–5
In movimento
Camminare è consigliato; braccia sotto l'altezza delle spalle.

SETTIMANA 1–2
Ritorno in ufficio
Lividi in calo; guaina sempre indossata.

SETTIMANA 4
Esercizio leggero
Prima la parte inferiore; il petto aspetta.

SETTIMANA 6
Via la guaina
Quasi tutte le attività riprendono con l'ok del chirurgo.

MESE 3–6
Profilo finale
Gonfiore sparito; pelle del tutto assestata.

LA GUAINA, NEL DETTAGLIO

- Giorno e notte per il periodo fissato dal chirurgo, di solito da quattro a sei settimane
- Si toglie solo per lavarsi, poi si rimette subito
- Aderente ma non dolorosa; avvisi l'équipe se stringe o fa pieghe
- Se possibile, ne porti una seconda per il viaggio di ritorno

CHE COSA È NORMALE E CHE COSA NO

- **Normale.** Lividi, intorpidimento attorno al capezzolo, indurimento sotto la pelle che si ammorbidisce in settimane.
- **Frequente.** Una lieve asimmetria iniziale mentre il gonfiore cala in modo irregolare.
- **Chiami l'équipe.** Un lato improvvisamente più grande o teso, dolore in aumento, febbre o arrossamento che si estende.

Giudichi il risultato a tre mesi, non a tre giorni

Il gonfiore iniziale può far sembrare il petto pieno come prima. Lo fotografi ogni mese con la stessa luce e confronti i mesi, non i giorni.

IL SUO PROSSIMO PASSO

Ne parli con noi prima di decidere

Consulenza gratuita
Una conversazione con un coordinatore, senza alcun impegno.

Invii le sue foto
Il nostro team medico le esamina e risponde con una valutazione.

Scriveteci su WhatsApp
Rispondiamo nella sua lingua, di solito in giornata.

✓ Consulenza gratuita · Valutazione medica gratuita

SCRIVETECI SU WHATSAPP

LEGGI ONLINE

PERCHÉ ESTECENTER?

✓ Équipe mediche esperte ✓ Piano di trattamento personalizzato
✓ Assistenza ai pazienti internazionali ✓ Un percorso di cura completo

estecenter.com/it

Questa guida ha finalità informative.
L'idoneità al trattamento viene stabilita dopo una valutazione medica.