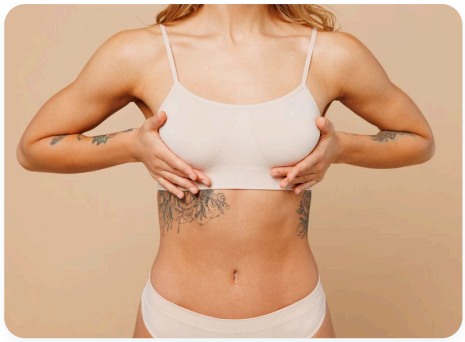
RIMODELLAMENTO CORPOREO

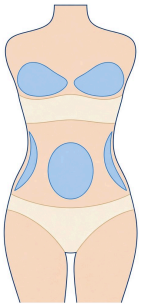
# Il Mommy Makeover: Combinare gli Interventi in Sicurezza

Che cosa entra di solito in un piano combinato, come il chirurgo decide che cosa fare insieme e quando dividere in fasi è la scelta più saggia



La gravidanza distende la pelle, separa i muscoli addominali e svuota il polo superiore del seno. Il peso si può perdere e i muscoli si possono allenare; pelle distesa e parete separata spesso non si recuperano senza chirurgia.

## LE AREE TRATTATE PIÙ SPESSO



Seno, addome e fianchi. Ognuno può richiedere un intervento diverso; il piano decide che cosa combinare.

## CHE COSA È CAMBIATO DAVVERO

- ✓ **Pelle dell'addome.** Distesa oltre la sua capacità di ritirarsi; pende o si piega, soprattutto sotto l'ombelico.
- ✓ **Parete addominale.** I due muscoli retti si separano (diastasi) e resta un rigonfiamento anche contraendo.
- ✓ **Seno.** Volume perso nel polo superiore; pelle distesa; il seno sta più in basso.
- ✓ **Grasso.** Depositi su fianchi e basso addome che non rispondono all'allenamento.

## GLI INTERVENTI COMBINATI PIÙ SPESSO

### Addominoplastica
Rimuove pelle, ripara la parete muscolare, riposiziona l'ombelico.

### Liposuzione
Fianchi, anche e zona lombare, per rifinire il contorno.

### Mastopessi
Solleva e rimodella; a volte con protesi per riempire il polo superiore.

### Riduzione o aumento del seno
Quando il problema è la misura, non solo la posizione.

ⓘ Il nome non indica un menu fisso. Ad alcune pazienti serve solo l'addominoplastica, ad altre solo il seno. La combinazione è ciò che trova la visita, non ciò che suggerisce il nome.

**Ci dica che cosa la disturba di più, in ordine. L'ordine dà forma al piano.**

PAGINA 2 DI 4

# Come si decide la combinazione

Combinare gli interventi fa risparmiare un'anestesia, un recupero e un viaggio. Allunga però l'operazione e aumenta il carico sul corpo. Il compito del chirurgo è trovare l'equilibrio giusto per lei.

## CHE COSA FISSA IL LIMITE

**Prima la sicurezza**

1. **Durata in sala**
   Un intervento più lungo aumenta il rischio; quasi tutte le équipe fissano un tetto.
2. **La sua salute**
   Peso, pressione, coagulazione, fumo.
3. **Estensione**
   Addominoplastica completa più seno è una giornata impegnativa.
4. **Supporto ospedaliero**
   Assistenza notturna e monitoraggio adeguati all'intervento.
5. **Recupero a casa**
   Aiuto con bambini e pesi per due settimane o più.

## TEMPO UNICO O PER FASI

### Un intervento

Tutto in un'unica seduta.

- ✓ Un'anestesia, un recupero, un viaggio
- ✓ Costo complessivo più basso
- ✓ Intervento più lungo e prime due settimane più dure
- ✓ Adatto quando salute ed estensione lo permettono

### Due fasi

Di solito prima l'addome e poi il seno, o al contrario.

- ✓ Interventi più brevi; ogni recupero più leggero
- ✓ Rischio minore se estensione o salute lo richiedono
- ✓ Due viaggi e due recuperi
- ✓ Spesso il piano più saggio nei casi più ampi

### Perché «meno in una volta» a volte è la risposta esperta

Il chirurgo che consiglia le fasi non è prudente per principio. Oltre una certa durata in sala, le complicanze crescono più in fretta della comodità guadagnata. Il piano onesto è quello che la tiene al sicuro, anche se servono due visite.

**Chieda chiaramente: l'équipe farebbe il suo piano in un tempo solo? Perché sì o perché no?**

PAGINA 3 DI 4

# Chi è di solito una buona candidata

I risultati migliori appartengono a chi non prevede altri figli, ha raggiunto un peso che riesce a mantenere e ha organizzato un aiuto vero a casa per le prime due settimane.

## DI SOLITO UN BUON MOMENTO

- ✓ Almeno sei-dodici mesi dall'ultimo parto, e ad allattamento concluso
- ✓ Peso stabile da alcuni mesi, vicino a quello abituale
- ✓ Nessuna altra gravidanza in programma
- ✓ Non fumatrice, o ha smesso ben prima dell'intervento
- ✓ Aiuto a casa organizzato per due settimane

## DI SOLITO MEGLIO ASPETTARE

- × Allatta ancora, o il parto è di pochi mesi fa
- × Pensa a un'altra gravidanza
- × Il peso cambia ancora in modo importante
- × Nessuno può aiutarla con pesi e bambini
- × Si aspetta dalla chirurgia ciò che il dimagrimento non ha ancora fatto

## TRE PAZIENTI, TRE PIANI

PROFILO 1

### Due figli, peso stabile

Pelle lassa nel basso addome, rigonfiamento contraendo, seno basso ma di buon volume.

→ **Addominoplastica con riparazione e mastopessi, spesso in un tempo**

PROFILO 2

### Dopo un forte dimagrimento

Ampio eccesso di pelle su addome e seno, e anche sui fianchi.

→ **Per fasi: prima addome e fianchi, poi il seno**

PROFILO 3

### Il seno è la priorità

Addome accettabile; polo superiore vuoto e seno basso.

→ **Mastopessi, con o senza protesi; niente chirurgia addominale**

Il recupero è la parte che si sottovaluta. Per diverse settimane non potrà sollevare un bambino piccolo. Organizzarlo con onestà fa parte dell'idoneità quanto la visita.

**Ci parli della sua vita a casa oltre che del suo corpo: il piano deve adattarsi a entrambi.**

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

PAGINA 4 DI 4

# Il recupero dalla chirurgia combinata

La chirurgia combinata significa un recupero invece di due, ma più impegnativo. Le prime due settimane sono la prova; dopo, migliora in fretta.

## I PRIMI TRE MESI

**GIORNO 1–2**
**Ospedale**
Di solito due notti; si cammina un po' piegate, con aiuto.

**SETTIMANA 1**
**Riposo**
Guaina e reggiseno contenitivo; via i drenaggi; brevi passeggiate.

**SETTIMANA 2**
**In piedi**
Postura eretta; lavoro d'ufficio possibile; niente pesi.

**SETTIMANA 4–6**
**Vita quotidiana**
Quasi tutte le attività riprendono; guaina ancora indossata.

**MESE 3**
**Assestamento**
Gonfiore quasi sparito; cicatrici ancora in maturazione.

## DA ORGANIZZARE PRIMA DI PARTIRE

- [ ] Un adulto a casa per le prime due settimane
- [ ] Aiuto con i bambini: sollevarli, il bagno, la scuola
- [ ] Una poltrona reclinabile o un riposo rialzato e sostenuto
- [ ] Abiti larghi che si aprono davanti
- [ ] Assenza dal lavoro: due-tre settimane per lavori d'ufficio

## CHE COSA ASPETTARSI

- ✓ **Tensione.** Sull'addome per settimane; la postura eretta torna gradualmente.
- ✓ **Guaine.** Guaina compressiva e reggiseno contenitivo, giorno e notte, per il tempo indicato.
- ✓ **Cicatrici.** Quella addominale sta bassa, sotto la biancheria; quelle del seno seguono lo schema della mastopessi. Sbiadiscono in un anno.
- ✓ **Il risultato.** Si valuta a sei mesi, quando il gonfiore è sparito e la forma si è assestata.

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.