

## Addominoplastica, benefici che vanno oltre l'aspetto estetico

**Pubblicato:** Lunedì 8 Gennaio 2024



Donne che vogliono **rimodellare la pancia** e **rassodare i muscoli dello stomaco** dopo la gravidanza. Persone che hanno perso una quantità significativa di peso e desiderano **eliminare la pelle flaccida** in eccesso. Questi sono i due gruppi di pazienti che più comunemente si rivolgono al chirurgo plastico per effettuare una **addominoplastica**.

L'addominoplastica è un intervento di chirurgia plastica estetica che però non solo riesce a cambiare l'aspetto e la forma di chi vi si sottopone, ma garantisce anche tutta una serie di importanti **miglioramenti della funzione del corpo**. "L'obiettivo dell'intervento di addominoplastica è quello di avere un aspetto migliore all'esterno e di sentirsi bene all'interno", afferma il Dr Paolo Montemurro, chirurgo plastico di Varese.

Ecco quindi **9 cose** che tutti coloro che stanno valutando di sottoporsi a questo intervento dovrebbero sapere:

1. Una addominoplastica migliora la tua forma e il tuo aspetto, ma **non è un intervento chirurgico per perdere peso**. Questa operazione è progettata cioè per aiutare a rimodellare l'addome, rimuovendo la pelle in eccesso e piccole quantità di grasso. Chi è in forte sovrappeso deve necessariamente prima concentrarsi su alimentazione, calorie e cambiamenti nello stile di vita in modo da perdere i chili in eccesso e potersi poi sottoporre all'addominoplastica.
2. La parete addominale si indebolisce dopo la gravidanza, per un fenomeno conosciuto con il nome di "**diastasi dei muscoli**". Succede cioè che man mano che il bambino cresce in grembo, i

muscoli della parete addominale si allargano per fargli spazio. Capita però che non tornino più come prima e sebbene molte donne riescano a riacquistare il peso pre-gravidanza e si allenino regolarmente, **il loro stomaco non ha più lo stesso aspetto** che aveva prima dei figli. “Queste pazienti scoprono di avere un corpo diverso rispetto a prima”, spiega il Dr Montemurro. “Anche se hanno lo stesso peso, spesso è presente pelle in eccesso e un rilassamento dei muscoli che dà allo stomaco un aspetto gonfio e poco tonico. Durante l’addominoplastica, oltre ad eliminare la pelle in eccesso, questa diastasi dei muscoli viene corretta e lo stomaco torna ad essere piatto. “

3. Il **mal di schiena** è un problema comune che può essere trattato con l’addominoplastica. Dopo il parto succede infatti spesso di avere dolori alla schiena derivanti dall’indebolimento dei muscoli dello stomaco, che causano una cattiva postura. Appiattendolo l’addome e rimuovendo il grasso in eccesso, l’addominoplastica stringe chirurgicamente i muscoli indeboliti, fornendo supporto alla colonna vertebrale con conseguente **miglioramento della postura ed alleviamento del mal di schiena**.
4. Dopo il parto, è possibile sviluppare quella che è nota come **incontinenza urinaria da stress**, situazione in cui si sperimentano perdite di urina quando si starnutisce, si tossisce, si fa esercizio fisico o si ride. “Il problema può essere **migliorato e ridotto grazie all’addominoplastica**, che riesce a fornire maggiore supporto alla vescica stringendo i muscoli dell’addome e ripristinando la forza e la stabilità della regione pelvica” ci spiega il Dr Montemurro.
5. Grazie ad un intervento di addominoplastica, è sicuramente **più facile svolgere attività fisica**. Non solo il corpo è più forte e più stabile grazie alla riparazione dei muscoli addominali ma il solo vedersi con uno stomaco piatto e senza più pelle in eccesso aumenta sicuramente la motivazione e il piacere di effettuare sport e movimento.
6. La debolezza addominale causata dalla gravidanza e dall’aumento di peso può contribuire alla **formazione di un’ernia**, che causa spesso bruciore, dolore e rigonfiamento. La riparazione di un’ernia può essere effettuata durante l’intervento di addominoplastica, senza quindi la necessità di sottoporsi a due interventi separati.
7. Il **recupero non è così lungo** come poteva essere in passato e l’intervento di addominoplastica si è evoluto enormemente negli ultimi 20 anni. “Un tempo i pazienti trascorrevano diverse notti in clinica e dovevano sopportare di avere fastidiosi drenaggi per parecchi giorni” sottolinea il Dr Montemurro “Oggi è diverso, si può andare a casa il giorno dopo l’intervento e nella maggior parte delle mie operazioni di addominoplastica, **non uso drenaggi**. In questi casi i miei pazienti possono cominciare a camminare e a fare la doccia sin da 1-2 giorni dopo l’intervento”.
8. Le **cicatrici sono generalmente ben nascoste**. In una procedura di addominoplastica eseguita correttamente, si effettua infatti un’incisione orizzontale che può essere coperta sotto la biancheria intima o un costume da bagno. Nella maggior parte dei casi, il dottor Montemurro afferma che è possibile utilizzare un’incisione da taglio cesareo se presente, in modo tale che si abbia una sola cicatrice. “Oltre a nascondere le nostre incisioni, gestiamo attentamente il processo di guarigione delle cicatrici, in modo che i pazienti ottengano il miglior risultato possibile”, conclude il Dr Montemurro.
9. Il risultato di una addominoplastica **può essere “per sempre”**. Conducendo uno stile di vita ragionevolmente attivo e seguendo una dieta sana e nutriente, i risultati dell’addominoplastica potrebbero durare per tutta la vita. Naturalmente è vero anche il contrario: con uno stile di vita sedentario e facendo scelte alimentari che notoriamente causano problemi di salute e di peso, i benefici dell’operazione possono venire gradualmente perduti. Le cellule adipose rimosse durante l’addominoplastica non torneranno, ma l’aumento di peso può generare nuove cellule adipose e causare l’ingrossamento delle cellule adipose rimanenti.

Ringraziamo il **Dott. Paolo Montemurro, chirurgo plastico estetico di Varese**. Il dottore effettua tutti gli interventi di chirurgia estetica e riceve **presso la Clinica Isber sita in via Sonzini 8 a Varese**. Per prenotare un appuntamento è possibile chiamare lo 0332 242971. Info e contatti sul suo sito [www.paolomontemurro.com](http://www.paolomontemurro.com)

**Sito internet | Blog | Facebook | Instagram | YouTube**

di in collaborazione con il Dott. Paolo Montemurro