



CORPOLAX

GUÍA DE CUIDADO

CORPORAL

POSTOPERATORIO

Recuperación Avanzada y Resultados Duraderos

Centro de Estética y Bienestar CORPOLAX

1. Importancia Crítica del Masaje Postquirúrgico

Tras someterse a una intervención de cirugía estética, el cuerpo inicia un proceso inflamatorio complejo. El éxito de la cirugía no depende exclusivamente de la destreza del cirujano en el quirófano, sino en un 50% de los cuidados posteriores. En CORPOLAX, entendemos que el masaje postquirúrgico es el pilar fundamental de esta etapa.

Drenaje Linfático Manual (DLM)

El DLM es una técnica de masaje suave y repetitiva que tiene como objetivo movilizar los líquidos del cuerpo para favorecer la eliminación de las sustancias de desecho que se acumulan en el líquido intersticial. Después de una cirugía, el sistema linfático suele estar colapsado por el trauma quirúrgico. El masaje ayuda a reencauzar la linfa hacia los ganglios sanos, acelerando la reabsorción del edema.

Beneficios inmediatos del masaje especializado:

- **Reducción de la inflamación:** Minimiza el volumen de líquidos retenidos de forma segura.
- **Alivio del dolor:** Al reducir la presión del edema sobre las terminaciones nerviosas.
- **Prevención de Fibrosis:** Evita que el tejido cicatricial se vuelva rígido y forme irregularidades en la piel.
- **Mejora de la sensibilidad:** Ayuda a que los nervios periféricos se recuperen más rápido.

Sin estos masajes, el líquido estancado puede organizarse y endurecerse, lo que resulta en una textura rugosa de la piel conocida como fibrosis, la cual es mucho más difícil de tratar meses después.



2. Procedimientos Comunes y sus Cuidados Específicos

Cada cirugía impacta los tejidos de manera distinta. En CORPOLAX personalizamos el protocolo según la técnica utilizada por su médico.

Por eso, en **CORPOLAX** entendemos que cada proceso de recuperación es único y requiere un enfoque completamente personalizado.

Nuestro equipo evalúa cuidadosamente cada caso y adapta el protocolo de tratamiento según la técnica quirúrgica empleada por su médico, el tiempo de evolución y las necesidades específicas de su cuerpo. Esto nos permite aplicar las técnicas adecuadas en el momento preciso, favoreciendo una recuperación más rápida, segura y efectiva.

Además, no solo nos enfocamos en los resultados físicos, sino también en su bienestar integral. Creamos un ambiente diseñado para que cada sesión sea una experiencia relajante y reconfortante, ayudándole a liberar tensiones mientras recibe su masaje terapéutico.

En **CORPOLAX**, cuidamos cada detalle para que su proceso postquirúrgico no solo sea efectivo, sino también uno de sus mejores momentos de cuidado personal y recuperación.



Liposucción y Lipoescultura

Este es el procedimiento donde más se genera edema. El espacio dejado por la grasa extraída suele llenarse de líquido inflamatorio. Es vital comenzar el drenaje en los primeros 3 a 5 días post-cirugía (bajo autorización médica) para evitar que ese espacio "se pegue" de forma irregular.

BBL (Brazilian Butt Lift / Transferencia de Grasa)

El cuidado aquí es doblemente delicado. Mientras que en el abdomen y espalda necesitamos drenar y comprimir, en los glúteos debemos ****evitar la presión****. Los masajes en un BBL se concentran en las zonas de extracción (donde hubo lipo) para moldear, asegurando que el paciente nunca se apoye sobre la grasa transferida para no comprometer la vascularización de los nuevos adipocitos.

Abdominoplastia (Lipectomía)

Debido a la gran incisión y el despegamiento de la piel, la circulación linfática queda interrumpida casi por completo. El masaje debe ser extremadamente suave cerca de la cicatriz para no causar dehiscencia (apertura de la herida), pero efectivo en los flancos para movilizar los líquidos hacia las axilas o zona inguinal.



Nota importante: El uso de fajas compresivas es el complemento inseparable del masaje. El masaje moviliza el líquido y la faja mantiene el espacio cerrado para que no se vuelva a acumular.

9 Beneficios del Masaje Terapéutico

1 Reduce la tensión muscular

2 Mejora la circulación

3 Alivia el estrés

4 Agiliza la curación de las lesiones en tejido blando

5 Mejora la actividad mental

6 Reduce el dolor muscular

7 Estimula el movimiento linfático

8 Mejora la movilidad de las articulaciones

9 Aumenta la función inmune



3. Fases de la Recuperación Postoperatoria

La recuperación es un maratón, no un sprint. Dividimos el proceso en tres fases críticas:

Fase 1: Inflamatoria (Día 1 al 10)

El cuerpo está en shock. Hay hematomas, dolor y mucha hinchazón. El objetivo principal es el ****confort del paciente**** y el inicio del drenaje linfático muy suave. No se busca moldear, solo evacuar líquidos y mejorar la oxigenación celular.

Fase 2: Proliferativa o de Fibrosis (Día 11 al 30)

Aquí es donde el cuerpo empieza a crear colágeno para cerrar los espacios internos. Es la fase de mayor riesgo para la aparición de fibrosis. Los masajes pueden volverse un poco más intensos (según tolerancia) e incluir técnicas como ultrasonido o radiofrecuencia controlada para asegurar que el tejido se mantenga blando y elástico.

Fase 3: Remodelación (Mes 1 al Mes 6)

La inflamación externa ha bajado, pero internamente el tejido sigue cicatrizando. En esta etapa buscamos el ****moldeado final****. Se pueden incorporar técnicas de maderoterapia suave o masajes reafirmantes para ayudar a que la piel se adhiera perfectamente al nuevo contorno muscular.

4. Riesgos de una Recuperación Deficiente

Ignorar las sesiones de masaje o realizar técnicas inadecuadas en casa puede llevar a complicaciones estéticas y de salud permanentes.

PELIGROS DE NO REALIZAR UN POSTOPERATORIO CORRECTO:

Aparición de Fibrosis Postquirúrgica

Es la complicación más común. Se manifiesta como bultos endurecidos, hundimientos o irregularidades en la piel que dan un aspecto de "empedrado". Una vez establecida, la fibrosis requiere tratamientos dolorosos y costosos, o incluso una segunda cirugía de revisión.

Seromas (Acumulación de líquido)

Si el líquido no se drena, puede encapsularse formando un seroma. Si es grande, el médico deberá drenarlo con una aguja. Un drenaje manual constante reduce drásticamente la probabilidad de que esto ocurra.

Necrosis Tisular

Una presión excesiva de la faja sin masajes que muevan el líquido puede comprometer la llegada de sangre a la piel. Esto puede causar la muerte del tejido (necrosis), dejando cicatrices severas y manchas permanentes.

Adherencias Incómodas

La piel puede pegarse a los músculos subyacentes de forma rígida, limitando el movimiento natural del cuerpo y causando dolor crónico al estirarse o realizar actividades cotidianas. Esta unión rígida puede generarse como consecuencia de procesos inflamatorios, cicatrices, cirugías, traumatismos o incluso por tensión muscular mantenida durante largos periodos.

Cuando estas adherencias se forman, el deslizamiento natural entre las capas de tejido se ve afectado, lo que limita la movilidad y la elasticidad del área comprometida. Como resultado, la persona puede experimentar sensación de tirantez, incomodidad o dolor, especialmente al estirarse, realizar movimientos repetitivos o llevar a cabo actividades cotidianas.

Además, las adherencias pueden alterar la biomecánica del cuerpo, provocando compensaciones en otras zonas y contribuyendo al desarrollo de dolor crónico, rigidez muscular y disminución del rango de movimiento. En algunos casos, también pueden afectar la circulación y la función de los tejidos.

El tratamiento de estas adherencias suele incluir técnicas como terapia manual, masajes especializados, estiramientos y ejercicios terapéuticos, los cuales ayudan a restaurar la movilidad, mejorar la flexibilidad y reducir el dolor, permitiendo que el cuerpo recupere su funcionamiento normal de manera progresiva.



5. Recomendaciones Finales de CORPOLAX

Para garantizar que su inversión y esfuerzo en el quirófano valgan la pena, siga estas reglas de oro:

- **Hidratación:** Beba al menos 2 litros de agua para ayudar al sistema linfático a filtrar toxinas.
- **Consistencia:** No falte a sus sesiones. La continuidad es lo que previene la fibrosis.
- **Alimentación:** Reduzca el consumo de sodio (sal) para no retener más líquidos.
- **Profesionalismo:** Asegúrese de que quien realiza el masaje sea un especialista en postoperatorio. Un masaje mal dado (muy fuerte) puede aumentar la inflamación en lugar de reducirla.

Su cuerpo merece el mejor cuidado. En CORPOLAX estamos listos para acompañarle en cada paso hacia su mejor versión.