

Fisioterapia Estética después del Lifting

D. MENINGAUD

Marbella Clinic

Diplomado en Fisioterapia por la "Escuela Europea de Rehabilitación Funcional", París.

Después de la intervención quirúrgica estética, el protocolo a seguir por el paciente será el de acudir según prescripción (aproximadamente cada dos días) a la clínica, para someterse a las curas que serán realizadas por el equipo de profesionales adecuado. Transcurrida una semana aproximadamente desde la intervención, el paciente entrará en contacto con el fisioterapeuta. En este primer encuentro éste va a explicar el desarrollo y la evolución de la operación realizada. El fisioterapeuta consciente de las inquietudes de su paciente va a proporcionar un apoyo. Es normal y habitual que el paciente después de haberse sometido a una intervención de cirugía estética, no se sienta inmediatamente satisfecho y manifieste un cierto temor al observar que los efectos esperados no son inmediatos. Aquí entra en juego el papel fundamental que desempeña el fisioterapeuta, que además de aplicar sus técnicas (de las que a continuación hablaremos), va a suponer un apoyo psicológico en la rehabilitación del paciente.

Dependiendo del tipo de lifting realizado, las manifestaciones externas pueden ser muy diversas. Cara y cuello muestran edemas y hematomas. Estas reacciones tróficas son normales debido a que el sistema inmunológico se defiende de esta manera, provocando esta



Aquí entra en juego el papel fundamental que desempeña el fisioterapeuta que además de aplicar sus técnicas (de las que a continuación hablaremos), va a suponer un apoyo psicológico en la rehabilitación del paciente.

inflamación. Para minimizar estos efectos no deseados se comienza a tratar con el drenaje linfático.

Las fases en las que se va a desarrollar una sesión de drenaje linfático manual, son las siguientes : Palpación, Presión, Drenaje, y de nuevo Presión.

Al inicio de la sesión y tras una palpación de los ganglios, se percibe una saturación de líquido (edema constituido por agua, linfa, anticuerpos...) en los mismos. La técnica que se va a utilizar es la de presionar los ganglios linfáticos (estos son como esponjas que absorben el líquido y que al ser presionados van a activar el sistema linfático).

Una vez localizado el edema, se va a emplear la técnica de reabsorción a nivel local, teniendo en cuenta dos principios fundamentales :

- **la dirección.** Se va a dirigir el edema hacia los ganglios linfáticos, para ser absorbido.
- **la presión.** Ha de ser la justa y adecuada.

La sesión va a finalizar con una nueva presión sobre los ganglios linfáticos. Una vez realizada la técnica se puede ya apreciar una mejoría manifestada en una atenuación del edema. Para obtener un resultado óptimo es conveniente someterse a 2 o 3 sesiones por semana, prolongándose el tratamiento entre 6 y 10 sesiones.

Consejos del especialista :

Durante el primer mes se habrá de tener un cuidado extremo con el sol, para ello se recomienda aplicarse crema de máxima protección. Se desaconseja muy especialmente hacer ejercicio que en general comporte algún tipo de esfuerzo. Es aconsejable llevar una buena higiene de vida y caminar ya que con ello se favorece la oxigenación de la sangre.