DR. DÍAZ GUTIÉRREZ
Cirugía Plástica, Estética y Reparadora

Aumento de gemelos

Índice

1. INTRODUCCIÓN

2. ¿QUÉ PACIENTE SERÁ BUEN CANDIDATO PARA UN AUMENTO DE GEMELOS?

3.¿ QUE TIPO DE IMPLANTES DE GEMELO EXISTEN?

4. LA INTERVENCIÓN

5. POSTOPERATORIO Y REVISIONES

6. PROCEDIMIENTOS RELACIONADOS

7. PUNTOS CLAVE

1. INTRODUCCIÓN

La falta de volumen en la pantorrilla origina una alteración en la silueta de la pierna produciendo un defecto estético , que en muchos casos produce una repercusión importante en el momento de llevar la zona descubierta y con determinadas vestimentas o calzado.

Con la cirugía de aumento de gemelos logramos mejorar la forma y el volumen de la zona mediante la implantación de una **prótesis de gemelo o prótesis de pantorrilla**.

En la ultima decada con el desarrollo de las modernas técnicas de **lipofilling** , hoy día en determinados casos podemos recurrir a la grasa tanto para el aumento de manera aislada sin prótesis , como complemento de la cirugia con implantes, para aumentar determinadla localizaciones como son el tobillo o rodilla.

2. ¿ QUE PACIENTE SERA BUEN CANDIDATO PARA UN AUMENTO DE GEMELOS ?

El desarrollo de los gemelos depende mucho de factores genéticos ,por lo que podemos encontrar gemelos con mayor o menor longitud así como de diferente grosor en su porción muscular. Además también influirá en una mayor dominancia de la parte tendinosa en su porción inferior sobre la muscular. En menor medida también dependerá del tipo de pisada y del deporte que se realice.

Varias son las razones por las que los pacientes pueden solicitar un aumento de gemelos o aumento de pantorrillas :

1- Pacientes que tienen **secuelas de enfermedades neurologicas** que hacen que no se desarrollen bien la musculatura de la zona o bien sufra una degeneración de la misma. Las secuelas originadas por la poliomielitis fueron las que llevaron a desarrollar las protesis de gemelos en los años 70 . Si bien hoy es más raro ver pacientes con secuelas de esta enfermedad (pues esta casi erradicada) , sin embargo siguen consultando pacientes con secuelas de otras enfermedades que originan alteraciones de los gemelos similares como son la enfermedad de Charcot, etc…..

2- **Secuelas de cirugías previas** por problemas en el tobillo o pie , que producen una pérdida de la masa muscular del gemelo , como las cirugías por Aquiles corto, equino varo , etc…..

3- **Traumatismos previos** , en los que habrá que valorar el estado de la piel y partes blandas en la zona pues pueden requerir procedimientos más complejos como son la transferencia microquirugica de colgajos fasciocutanoes o musculocutaneos.

4- Mujeres que ante la apariencia de tener unas pantorrillas muy delgadas evitan ponerse faldas o botas , por la **falta de desarrollo de manera congénita** de sus gemelos .

5- Hombres y mujeres con **falta de desarrollo de sus gemelos a pesar de muscular la zona**. Normalmente suelen tener una discordancia con el volumen del muslo que acentúa más el problema.

3. ¿ QUE TIPOS DE IMPLANTES DE GEMELO EXISTEN?

Básicamente los implantes para el aumento de gemelos son muy similares desde el punto de vista tecnológico a los implantes para el aumento de pecho. Están fabricados con una **cubierta exterior de elastomero de silicona lisa y un interior de gel de silicona de muy alta cohesividad** (mayor que la de las prótesis para el aumento de Mama). Estos implantes cuya consistencia es más dura (que no rígida) tiene forma fusiforme y están fabricados con dos formas:

info@doctordiazgutierrez.com +34 911285882

Protesis de gemelo simetricas(Glicenstein)

Este tipo de prótesis tienen una forma ovalada con una mayor proyección en la zona central. Dan una forma mas suave y equilibrada por lo que las que utilizo para el aumento de gemelos **en las mujeres** ; cuando el paciente quiere un **aumento discreto** ; o bien para aumentar el **gemelo lateral** como en los casos de atrofia extensa de la pantorrilla combinada con una anatómica en el gemelo interno.

Protesis de gemelo anatomicas(Montellano)

Este tipo de prótesis son asimétricas con la zona de máxima proyección en el tercio proximal imitando la forma de un gemelo muy desarrollado.

Son las que más frecuentemente usamos par el aumento de gemelos **en hombres** pues dan una apariencia más musculosa .

Es por esta razón que el planteamiento de que tipo de prótesis a implantar cambia según las características que buscamos conseguir ,el tipo de paciente que nos solicita un aumento de gemelos(hombre o mujer), y la causa que produce el problema .

Por esta razón la valoración en consulta es fundamental . En ella procederemos a explorarle , tomando medidas del perímetro de la pierna en diferentes zonas , pudiéndose realizar una ecografia u otra prueba de imagen para valorar el compartimento muscular y tendinoso de la pierna.

En general independientemente del laboratorio las opciones en tamaño de las prótesis de gemelo son pocas. No hay mucha diferencia en cuanto a proyección entre los distintos implantes, por lo que como máximo poniendo dos de ellos en cada pierna(uno medial y otro lateral) podemos ganar unos 5-6 cm más de circunferencia .

El tamaño de la prótesis se elige en función de las características anatómicas como son la distensibilidad del tejido, el grado de atrofia muscular y la longitud de la pierna fundamentalmente . Y aunque se tiene en cuenta también los deseos del paciente no todos los implantes caben en todas las piernas.

Hoy día gracias al desarrollo de las modernas técnicas de **lipofilling ,** la técnica de relleno con grasa va tomando un papel importante como opción cuando los pacientes solicitan un aumento de volumen en determinadas partes su cuerpo. Dentro de la cirugía de aumento de gemelos puede ser una opción cuando se cumplen determinados requisitos :

1- **Que el paciente tenga grasa suficiente para extraer.**

2- **Que el aumento de pantorrilla que desee sea moderado.**

3- **Cuando el paciente acepte que puede ser necesario mas de un solo procedimiento. En el lipofilling se pierde parte de las células transplantadas en los tres primeros meses y puede ser preciso un segundo lipofilling para conseguir el resultado definitivo**

4. LA INTERVENCIÓN

La intervención se realiza bajo anestesia general, raquídea o bloqueo regional dependiendo de las preferencias del paciente y de la valoración por nuestro anestesista.

Mediante la colocación de un torniquete para que no sangre nada y poder visualizar bien todas las estructuras ,se procede mediante una **incisión de unos 4 cm en la zona posterior de la rodilla(exactamente a nivel del pliegue poplíteo - detrás de la rodilla) a realizar el hueco o bolsillo con un disector.**

Hoy día básicamente solo se realizan dos tipos de bolsillos para la colocación del implante dependiendo de la anatomía del paciente y preferencias del cirujano:

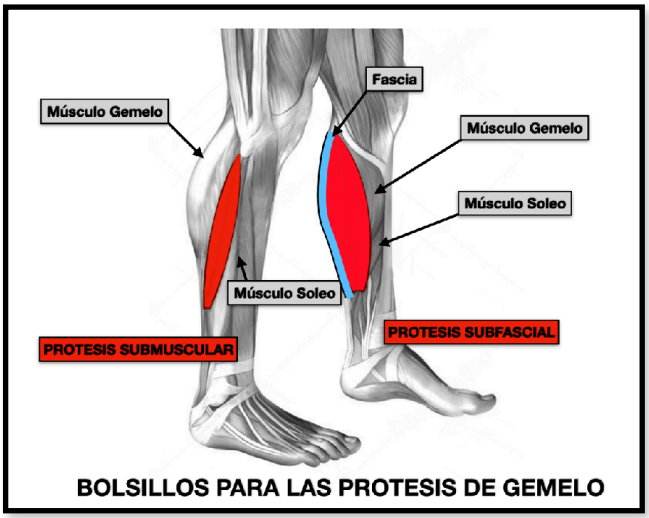
1. COLOCACION SUBMUSCULAR

Esta permite ocultar totalmente la prótesis de forma que evitamos a largo plazo que se vean los bordes del mismo. La prótesis ahí colocada logra levantar la masa muscular por lo que si el paciente hace ejercicio físico el músculo aumentará de tamaño sobre la prótesis de forma que aumentara el contorno .

El postoperatorio con este bolsillo al igual que en el aumento de pecho, es más doloroso, pero debido a que sus ventajas son mayores que sus inconvenientes es la localización que con mayor frecuencia utilizo para el aumento de pantorrillas.

2. COLOCACION SUBFASCIAL

Es la evolución de la técnica clásica de implantación en el subcutáneo (hoy descartada). La prótesis se coloca por encima del músculo , debajo de una membrana que lo recubre denominada fascia . El problema es que en algunos casos puede notarse el borde del implante, especialmente en la zona baja de la pierna si se es un paciente muy delgado o bien con el paso del tiempo. Generalmente da menos volumen que el bolsillo submuscular.



BOLSILLOS PARA LAS PROTESIS DE GEMELO

info@doctordiazgutierrez.com +34 911285882

5. POSTOPERATORIO Y REVISIONES

Tras su intervención , el paciente deberá n **pasar noche en el hospital** dándose de alta a la mañana siguiente de la intervención. La necesidad de pasar una noche en el Hospital se indica para vigilar al paciente en caso de que se presenten signos de síndrome compartimental y ademas para tener un perfecto control del dolor y de la evolución en las primeras horas tras la cirugia .

Al alta se ira con un **vendaje compresivo** en la zona, sustituyéndose por una media elástica suave tras la **primera revisión en consulta sobre el 3°-4° día.**

Es fundamental hacer reposo los primeros 7 días tras su intervención y tener las piernas en alto . Tras esta segunda revisión en el día séptimo podrá reiniciar la deambulacion y actividad laboral con normalidad aunque deberá evitar caminar en exceso durante las primeras 3 semanas.

Al principio le costará caminar teniendo la sensación de haber hecho deporte muy intenso pues el gemelo tiende a contracturarse .Ademas notara como la pierna y el pie se inflaman durando estas molestias entre 10 y 14 días.

Tras estas tres primeras semanas ya podremos sin limitación caminar pero evitaremos subir escaleras y por supuesto el ejercicio físico de piernas. Todas estas limitaciones se mantendrán durante las primeras 5-6 semanas teniendo que llevar la media.

Durante este primer mes precisara llevar un **alza en el tacón de su calzado** que iremos bajando progresivamente hasta que al mes pueda caminar en plano.

Será a partir de ese momento cuando podrá empezar a realizar ejercicio físico suave pudiendo a partir del 3° mes hacer cualquier actividad física sin restricciones reanudando ya una vida normal.

6. PROCEDIMIENTOS RELACIONADOS

El aumento de gemelos se puede realizar como técnica independiente, o bien combinarla con otras técnicas quirúrgicas. Las técnicas que se asocian, buscan potenciar los resultados y, en general, son procedimientos que modifican la forma y contorno de la pierna y muslo.

No es infrecuente tener que asociarlo a liposuccion o bien lipofilling en zonas adyacentes como es el tobillo , rodilla o muslo.

Además, como procedimiento, se puede combinar en el mismo acto con otras intervenciones de cirugía Estética en otras zonas del cuerpo.

Esto se lo indicaremos tras valorarle en consulta.

info@doctordiazgutierrez.com +34 911285882

7. PUNTOS CLAVE

CANDIDATO IDEAL PARA EL AUMENTO DE GEMELOS

- Paciente con secuelas de enfermedades neurologicas.
- Pacientes con secuelas de cirugías previas.
- Pacientes con secuelas de traumatismos previos
- Mujeres con pantorrillas muy delgadas .
- Pacientes con falta de desarrollo de sus pantorrillas a pesar de muscular la zona.

OBJETIVOS A CONSEGUIR

- Aumentar el volumen de la pantorrilla
- Remodelar los contornos corporales de la pierna
- Definir las formas de la pierna y pantorrilla.

TIPO DE IMPLANTES

- Protesis de gemelo simetricas(Glicenstein).
- Protesis de gemelo asimetrías / anatómicas (Montellano).
- Lipofilling o relleno de grasa.
- Colgajos de reconstrucción microquirurgica .

TIEMPOS

- Técnica anestésica variable
- Estancia en clínica 1 dia de ingreso.
- Duración intervención 1 a 3 horas.
- Media elástica o prenda compresiva 30 días.
- Vuelta al trabajo en :
  - 10-14 días si no realiza actividades físicas intensas
  - 21 -30 días si su trabajo requiere esfuerzos físicos
- Retorno al ejercicio y vida normal en 3 meses.

DoctorDiazGutierrez.com

Cirugía Plástica, Estética y Reparadora