

# Mamoplastia, la felicidad que supone quitarse un peso de encima

Si hay una cirugía con resultados altamente satisfactorios es, sin duda, la mamoplastia. Y si hay cirujanos especialistas en mama en España, Jaime García es uno de los más reconocidos. Gracias a su experiencia y constante preocupación por la innovación e inclusión de técnicas que repercutan directamente en el bienestar de los pacientes, el doctor García se sitúa como uno de los médicos expertos y referentes en cirugía de reducción de mama también fuera de las fronteras del país.

La reducción de mama o mamoplastia es una de las intervenciones más frecuentes y se suele denominar cirugía feliz precisamente y, como explica Jaime García, “por los extraordinarios efectos que causa en quienes se someten a ella. La felicidad que les supone a las mujeres quitarse un peso de encima y la mejora de la calidad de vida que experimentan con un pecho más armónico y en equilibrio con su figura”.

## Frustración y baja autoestima

Y es que hay muchas mujeres que no se sienten a gusto con el tamaño de su pecho al ser excesivamente grande. El malestar no sólo es estético, sino que “la hipertrofia mamaria puede llegar a causar problemas psicológicos al suponer un impedimento para relacionarse con los demás debido a la baja autoestima que puede ocasionar”, reconoce el cirujano. Estas mujeres sufren otras frustraciones por varios motivos, como no encontrar ropa con la que sentirse bien, limitaciones a la hora de practicar algunos deportes o la incomodidad de usar sujetadores especiales para evitar que los pechos salten con el movimiento y les cause dolor.

## Problemas para la salud

En cuanto a los problemas de mamas grandes que repercuten en la salud, destaca el dolor crónico de espalda y cintura. Hay que tener en cuenta que “las mamas deben estar a cierta altura y tener un peso adecuado a las características físicas de cada mujer, y cuando eso no es así, acaba afectando a la postura y la musculatura de la columna”, dice Jaime García.

Pero además ocasionan “trastornos en cuello, hombros y cervicales, así como dolores musculares o de postura, vértigo e, incluso, pueden provocar dificultades respiratorias”, señala el especialista.

Jaime García, cirujano especialista en mama, nos explica cómo cambia la vida de las personas que se someten a una reducción mamaria



## Grandes beneficios de la mamoplastia

Pero los perjuicios físicos también afectan a la piel porque, en un pecho sobresaliente, es frecuente la dermatitis, infecciones cutáneas por los surcos en la piel o deformidades en hombros. Usar sujetador apretado para la contención puede impedir que la piel respire y gene-

rar sequedad, erupciones e infecciones. Otra de las consecuencias es el sudor que se produce debajo de los senos, que además de ser incómodo, causa mal olor, erupciones y picor.

Por todos estos motivos, una gran mayoría de mujeres con pecho grande deciden realizarse una reducción mamaria por sus indu-

dables beneficios físicos, psicológicos y emocionales. Así, el doctor García sostiene que “la reducción de mamas es una intervención que, generalmente, se realiza por un problema físico más que por motivos estéticos.”

## Cuándo es el mejor momento

Según el criterio del cirujano plástico, “en la mayoría de los casos, para acometer una reducción de mamas, se espera hasta que el pecho se ha desarrollado, aunque puede realizarse antes si los problemas físicos son muy importantes porque la dimensión y deformidad de las mamas ya puede notarse en algunas adolescentes”. En el caso de las mujeres que desean dar el pecho a sus hijos, se recomienda que esta intervención se haga después.

## Un pecho natural y proporcionado al cuerpo

La reducción de mamas o mamoplastia de reducción es un procedimiento quirúrgico que se efectúa para disminuir el tamaño de las mamas mediante la extirpación de grasa, tejido mamario y piel, haciéndolas más pequeñas, ligeras y firmes. Además, se puede aprovechar para disminuir el tamaño de la aureola. La finalidad de la mamoplastia de reducción es proporcionar a la mujer unos pechos más pequeños y con una forma más proporcional y natural al resto de su cuerpo.

La reducción de mamas también se emplea para corregir asimetrías entre ambas mamas, que pueden presentar tamaños e, incluso, formas diferentes. La mamoplastia es una técnica apropiada para abordar el pecho caído o ptosis.

## Cada paciente es diferente

Las mujeres que se planteen una reducción de mama han de acudir al médico especialista en cirugía plástica reparadora y estética, que realizará un exhaustivo examen, escuchará las pretensiones de la paciente y explicará qué intervención y qué técnica empleará ya que “cada caso y cada paciente es diferente y por eso hay distintos procedimientos para cada tipo de mama”, reconoce el médico especialista.

El doctor Jaime García Pérez atiende personalmente en todo el proceso a sus pacientes en su exclusiva clínica en el centro de la ciudad de Almería, y advierte a quien esté pensando en someterse a esta intervención que se informen bien de quién es el doctor y eviten intermediarios por seguridad y para tener todas las garantías. La mejor opción es confiar todo el tratamiento de diagnóstico, indicación, planTEAMIENTO, intervención y revisiones solo a un médico especialista en Cirugía Plástica Reparadora y Estética.

**La finalidad de la mamoplastia de reducción es proporcionar a la mujer unos pechos más pequeños y con una forma más proporcional y natural al resto de su cuerpo**

**“Cada caso y cada paciente es diferente y por eso hay distintos procedimientos para cada tipo de mama”**