

## Comment retrouver un ventre ferme

Une grossesse est un événement heureux, mais elle peut laisser des marques plus ou moins disgracieuses sur le corps de la nouvelle maman. Alors que certaines sont fières de leur ventre relâché qui est un symbole de leur maternité, pour d'autres, ce ventre qui a perdu sa beauté d'autrefois peut générer d'importants complexes. Heureusement pour celles-ci, il est possible de se tourner vers la chirurgie esthétique pour retravailler l'aspect de son ventre et améliorer son image et son estime de soi.

Un ventre affaissé qui présente un excédent de peau disgracieux peut aussi être la conséquence d'une perte de poids rapide, ou encore de l'âge jumelée à un relâchement des muscles abdominaux. En plus de miner la confiance et l'estime de soi, un ventre tombant peut causer de l'irritation et limiter le choix vestimentaire d'une personne.

Lorsque la peau du ventre se relâche, après une grossesse ou une perte de poids rapide, il est parfois possible d'améliorer la situation en faisant de l'exercice physique et en conservant une alimentation saine. Il arrive alors que les muscles se resserrent et que la peau reprenne son apparence initiale. Cependant, malgré les efforts fournis, ce n'est pas toujours le cas. Lorsque la situation semble irréversible, il est possible de se tourner vers la chirurgie esthétique.

L'abdominoplastie, aussi appelée redrapage du ventre, est une opération qui consiste à retirer l'excédent de peau qui rend le ventre tombant. Une incision est pratiquée au bas du ventre, juste au-dessus du pubis, les muscles sont reserrés, l'excédent de peau est enlevé puis celle-ci est retendue. L'incision est ensuite refermée à l'aide de points de suture, et il est souvent nécessaire de porter une gaine de support pour aider la peau à bien reprendre forme au cours de la convalescence. La cicatrice ou les cicatrices laissées par l'opération sont généralement peu visibles.

Le redrapage du ventre est tout indiqué après une ou plusieurs grossesses, mais il s'adresse aux patients, hommes ou femmes, qui sont en bonne santé et qui n'ont pas de surplus de poids trop important. Cependant, lorsqu'un surplus de poids minime résiste aux régimes et à l'exercice, il est possible de compléter son abdominoplastie par une liposuction du ventre.

La liposuction est une opération qui consiste à aspirer le surplus de graisse à l'aide d'un petit tube inséré sous la peau du ventre par le biais d'une petite incision. La peau ferme qui a une bonne élasticité réagit mieux à la liposuction que la peau lâche ou qui présente des vergetures. La liposuction peut être pratiquée seule, mais lorsqu'elle est jumelée à une abdominoplastie, elle permet de redonner au ventre son apparence ferme et mince.

Pour maintenir les résultats acquis suite à la chirurgie esthétique, il est primordial de prendre bien soin de soi: alimentation saine et exercice physique régulier sont de mise. En développant et en conservant de saines habitudes de vie, les patients s'assurent de garder longtemps un ventre bien défini qui leur permettra de porter les vêtements qui leur plaisent et de se sentir bien dans leur peau.

### About the Author

Visitez notre clinique [facelift-montreal.com](http://facelift-montreal.com) pour le meilleur résultat en chirurgie plastique et esthétique, que ce soit pour une [liposuction Montreal](#) ou d'autres procédures.

Source: <http://www.secrets-de-comment.com> | [Formation Marketing](#) | [NetConcept, droits de revente](#)