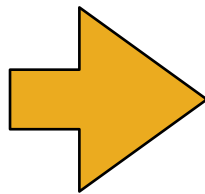


## Módulo 4 –

# T: Técnicas postoperatorias según el Método Martín

“En este módulo aprenderás a aplicar las técnicas postoperatorias del Método Martín, un sistema que va mucho más allá del masaje: **combina seguridad clínica, personalización y cuidado integral** para ofrecer a cada paciente un tratamiento **único** que alivia, acompaña y potencia sus resultados estéticos.”



## ◆ Principios diferenciales del Método Martín

1. **Seguridad clínica** → toda sesión inicia con una valoración para descartar red flags y posibles contraindicaciones del masaje post operatorio.
2. **Personalización absoluta** → cada tratamiento se adapta al tipo de cirugía y a la evolución del paciente.
3. **Visión integral** → cuidamos tanto lo físico (seroma, dolor, fibrosis) como lo emocional (paciente vulnerable y sensible tras la cirugía).
4. **Experiencia única** → el paciente no solo recibe una técnica, sino una sesión completa que le debe generar confianza, alivio y bienestar.

## ◆ Fases del Método Martín

### 1. Valoración clínica inicial

- a. Revisión del estado de la cirugía.
- b. Detección de posibles red flags (si existen, derivación inmediata).
- c. Detección si existe alguna contraindicación por antecedentes.



## **2. Aplicación de técnicas postoperatorias (si procede)**

- a. Selección y adaptación de técnicas según el tipo de cirugía.
- b. Drenaje linfático manual como base del tratamiento.



- c. Integración de aparatología autorizada según fase (INDIBA).

## **3. Cierre de la sesión: la experiencia única**

- a. 5-10 minutos finales con música relajante, aromaterapia suave, masaje ligero en cuello o cabeza y respiración consciente.

b. El objetivo es que el paciente, aunque llegue con molestias, salga con **alivio físico y calma mental**.

## ◆ Técnicas postoperatorias según el Método Martín

### ◆ ¿En qué consiste el drenaje linfático manual (DLM)?

Es una **técnica de masaje suave, rítmico y preciso**, aplicada de **distal a proximal** con dirección hacia los ganglios linfáticos (para depurar la linfa).

- **Objetivo principal:** reducir inflamación y prevenir complicaciones como seromas o fibrosis.
- **Beneficios adicionales:** disminuye dolor y tensión, acelera la recuperación de los tejidos y permite conseguir unos resultados estéticos mejores.
- La técnica se realiza con las palmas de las manos (dedos juntos y contacto plano)



## ◆ Aplicación del DLM según cirugía (\*VÍdeo)

### Mamoplastia de aumento

- **Ganglios principales:** axilares y supraclaviculares.
- Movimientos de brazos y tórax en dirección a la **axila**.
- Nunca presión directa sobre implantes en fases iniciales.

### Abdominoplastia

- **Ganglios principales:** inguinales y supraclaviculares (como apoyo).
- Drenaje desde extremidades inferiores y abdomen bajo hacia **ingles**.
- Movimientos circulares suaves alrededor del **ombligo** → dirigiendo la linfa hacia los ganglios inguinales.
- CUIDADO con la cicatriz.

**Lipotransferencia glútea (BBL)** -> (si la grasa ha sido extraída de abdomen, flancos y zona lumbar):

- **Ganglios principales:** inguinales y supraclaviculares.
- Drenaje en abdomen, flancos y muslos hacia ingles y clavículas.
- Evitar presión en glúteos recién infiltrados; integrar maniobras progresivas conforme avanza la recuperación.
- En abdomen: incluir movimientos circulares alrededor del ombligo con dirección a ganglios inguinales.

#### ◆ **Tratamiento de cicatriz en fases avanzadas**

Una vez la cicatriz esté totalmente cerrada, sin alteraciones y consolidada:

- **Pinzado rodado** para devolver elasticidad.
- **Movilización transversal** para liberar adherencias.
- **Extra -> INDIBA** (cicatrices cerradas y sin alteraciones)

## ◆ Aparatología complementaria

**INDIBA®** (radiofrecuencia) desde fases tempranas (con autorización médica):

- **Qué es:** tecnología de radiofrecuencia (448 kHz) que estimula la regeneración celular y la circulación.
- **Para qué sirve:** ayuda a reducir inflamación, acelerar recuperación tisular, mejorar cicatrización y disminuir dolor.
- **Cómo se aplica según la fase:**
  - **Fases tempranas:** en **modo no térmico** (sin sensación de calor), para drenar y regenerar sin aumentar la inflamación.
  - **Fases más avanzadas:** en **modo térmico suave o medio** (calor agradable), para oxigenar tejidos, mejorar la calidad de la cicatriz (ya consolidada) y tratar fibrosis si aparece.

## ✨ Mensaje clave

La aplicación del **Método Martín** no es solo una técnica, sino un **procedimiento completo y estructurado**, cuyo objetivo es garantizar la **seguridad clínica** en cada sesión y ofrecer al paciente una **experiencia única y personalizada de alivio físico y bienestar mental** durante todo su proceso de recuperación.