



## MANUAL DO PACIENTE

Membro Especialista da Sociedade  
Brasileira de Cirurgia Plástica

CRM: 8138

## SUMÁRIO

Cirurgia Plástica .....	03
Anestesia em Cirurgia Plástica .....	10
Tomando a decisão de fazer uma Cirurgia Plástica .....	14
Riscos em Cirurgia Plástica .....	19
Cirurgia Plástica - Antes e Depois .....	23

## **ANTES E DEPOIS DA CIRURGIA: CUIDADOS IMPORTANTES**

Ser submetido a um procedimento cirúrgico não é uma experiência normal para a maioria de nós. Conseqüentemente, esta etapa do tratamento é invariavelmente acompanhada de algum grau de ansiedade. Conhecer todas as etapas do tratamento pode constituir um caminho para proporcionar mais conforto e tranqüilidade. O principal, no entanto, é seguir criteriosamente as orientações do médico para um bom resultado.

Afinal, a satisfação com os resultados de uma cirurgia plástica não depende apenas do seu planejamento. Alguns cuidados antes e depois da cirurgia podem prevenir possíveis complicações e promover um resultado estético mais satisfatório. A colaboração plena do paciente, seguindo as instruções dadas pelo cirurgião, e a ação dos profissionais da saúde têm grande importância no resultado da cirurgia.

### **COMEÇANDO AGORA**

- Além da consulta médica, a realização de exames de sangue, eletrocardiograma e alguns exames de imagem fazem parte da avaliação pré-operatória de rotina. Estes exames visam demonstrar se o paciente apresenta alguma contra-indicação à anestesia e ao procedimento cirúrgico. Dependendo do caso, exames mais complexos podem ser necessários, por isso uma avaliação clínica antes da cirurgia é recomendável. Afinal, a segurança deve ser uma prioridade absoluta em qualquer cirurgia plástica.
- Informe o seu médico sobre qualquer doença crônica ou medicamento de uso habitual, pois alguns medicamentos podem aumentar o risco de sangramento durante ou após a cirurgia. Portanto, lembre-se de consultar a bula! Não utilize Aspirina (ácido acetil-salicílico) ou qualquer derivado, arnica, ginko biloba, medicamentos homeopáticos contendo ervas durante 2 semanas antes e depois da cirurgia. Medicamentos como Acetaminophen (Tylenol®) e Dipirona (Novalgina®) são substitutos apropriados.

- Alimente-se de forma saudável, visando oferecer os nutrientes adequados para a sua recuperação após a cirurgia. As dietas radicais, que podem depletar as reservas nutricionais, são prejudiciais à saúde, podem influenciar o processo de cicatrização e são proibidas antes de qualquer procedimento cirúrgico.
- Quando marcar a sua cirurgia, certifique-se que a clínica ou hospital onde o procedimento será realizado contém a infra-estrutura exigida pela legislação. Na improvável eventualidade de ocorrerem complicações, a existência de médicos capacitados e infra-estrutura adequada são fundamentais para a manutenção de sua saúde.
- Estude as orientações específicas da sua cirurgia, que servirão como guia durante o tratamento pós-operatório. A boa educação do paciente em relação às nuances do tratamento, tanto antes quanto depois da cirurgia, ajuda a diminuir a ansiedade e torna a recuperação mais tranquila e confortável. Não esqueça de confirmar o horário da sua internação e da cirurgia, solicitando ao seu médico instruções sobre a internação e os documentos necessários. Se houver qualquer dúvida, procure esclarecê-las com o seu médico antes da cirurgia.
- Procure organizar a sua agenda antecipadamente, levando em conta que a maioria das cirurgias plásticas exigirá alguns dias ou semanas de afastamento do trabalho e atividades esportivas.
- Procure organizar a ajuda de familiares ou funcionários durante os primeiros dias de recuperação em casa, já que neste período o repouso é necessário.
- Visando o seu conforto, sutiãs ou cintas devem ser adquiridos antes da cirurgia. Converse com o seu médico antes da compra para definir o tamanho adequado e o local de compra. O mesmo vale para as placas de silicone que serão necessárias para o tratamento das cicatrizes após determinados tipos de cirurgia.
- Não fume por pelo menos um mês antes da cirurgia, para evitar alterações na circulação da pele que possa prejudicar a cicatrização.
- NÃO utilize bebidas alcoólicas por 7 dias antes da cirurgia.

- Alguns médicos sugerem que o paciente lave as regiões a serem operadas utilizando **CLORHEXIDINA**, duas vezes ao dia, nos 3 dias antes da cirurgia. Deixe o produto agindo por pelo menos 5 minutos. Remova com um pano molhado em Álcool ou com água corrente. Isso visa diminuir o número de bactérias na pele, reduzindo assim as chances de infecção após a cirurgia.

## O DIA ANTES DA CIRURGIA

- Não coma ou beba nada após a meia-noite.
- Organize a sua mala, que deve conter os exames pré-operatórios, documentos necessários, objetos pessoais e uma troca de roupa. Prefira roupas confortáveis e leves, dando preferência àquelas com botões e que sejam fáceis de vestir.
- Organize transporte para o hospital antecipadamente, visando evitar atrasos e ansiedade de última hora.

## O DIA DA CIRURGIA

- Ao acordar, não coma ou beba nada! A anestesia deve ser realizada com o paciente de estômago vazio, visando evitar complicações respiratórias.
- Se você utiliza algum medicamento habitual (informe o seu médico sobre isso), estes podem ser tomados com um pequeno gole de água assim que você acordar. Qualquer outro medicamento deve ser interrompido a partir da meia-noite do dia antes da cirurgia.
- A higiene oral pode ser realizada normalmente, tomando cuidado para não engolir água.
- Não utilize hidratante, cremes, loções, ou qualquer tipo de maquiagem.
- Não utilize grampos, perucas, ou objetos valiosos.

- **Procure chegar no hospital com antecedência, pois existem documentos a serem preenchidos antes da internação. É aconselhável a presença de um familiar ou amigo.**
- **Finalmente, procure relaxar!**

## **NO HOSPITAL**

Alguns minutos antes da cirurgia, você receberá uma roupa especial e um medicamento pré-anestésico visando induzir o sono, a amnésia e diminuir a ansiedade. Após alguns minutos, você será encaminhado ao centro cirúrgico, onde encontrará o anestesista e os demais membros da equipe (enfermeiras e cirurgiões). Quando entrar na sala de cirurgia, a equipe fará tudo para garantir o seu conforto e o anestesista iniciará os procedimentos de anestesia e monitorização, visando a sua segurança durante a cirurgia.

## **A SALA DE RECUPERAÇÃO**

Após o término da cirurgia e a realização dos curativos, você será encaminhado à sala de recuperação. Nesta unidade, que deve possuir infra-estrutura completa, você permanecerá sob monitorização e será constantemente examinado por uma equipe de especialistas, visando garantir uma recuperação suave da anestesia. Fatores como hidratação, controle da dor, temperatura corpórea e função respiratória devem ser rigorosamente avaliados. A maioria dos pacientes tem condições de alta da sala de recuperação após 30 a 60 minutos. No quarto, sua recuperação será supervisionada pela equipe de enfermagem e pela equipe médica, através de visitas frequentes e regulares.

## **ALTA HOSPITALAR**

O tempo de internação, que normalmente varia de 12 horas a 2 dias, depende do tipo de cirurgia realizada, da ocorrência de complicações e da resposta individual de cada paciente ao procedimento. A permanência no hospital por mais tempo pode ser necessária, embora isto

seja pouco freqüente. Independente disso, a alta hospitalar deve ocorrer somente quando o paciente apresentar plenas condições de saúde. Portanto, não tenha pressa!

Ao receber alta, não esqueça de organizar a presença de um adulto responsável para dirigir e acompanhá-lo. Marque a data de retorno ao consultório, onde o cirurgião supervisionará o seu processo de recuperação. Em caso de dúvida, ligue imediatamente para a equipe médica.

## **PÓS-OPERATÓRIO**

Pela atual necessidade de pronto restabelecimento dos pacientes e controle do resultado operatório, os cirurgiões buscam uma atuação multidisciplinar de profissionais também no pós-operatório. A esteticista de nível superior e a fisioterapeuta dermato-funcional atuam na recuperação das funções do corpo humano, na prevenção de possíveis intercorrências e amenizando efeitos da cirurgia, como edema, hematomas, seroma, cicatrização, dor e desconforto.

A recuperação de uma cirurgia depende basicamente do tipo de operação e da reação do organismo, que varia entre as pessoas. Cada paciente tem necessidades, expectativas individuais e uma recuperação fisiológica padrão. Estes podem ser influenciados pela genética, rotina, período de vida cronológico e emocional, entre outros fatores variáveis.

O principal do tratamento pós-operatório é a busca do controle do edema (inchaço) e manchas roxas que aparecem inevitavelmente após as cirurgias. O planejamento do tratamento no pós-operatório é amplamente variável e depende das características apresentadas na avaliação do tipo de cirurgia realizada, região corporal operada, técnica utilizada, tempo de pós-operatório, para, então, identificar de que maneira se pode melhorar o curso dos acontecimentos.

## TRATAMENTOS, TERAPIAS COMBINADAS COM APARELHOS

Um protocolo de tratamento pós-operatório adequado é de extrema importância para a recuperação do paciente. O uso combinado de terapias como drenagem linfática, ultra-som, endermologia, microcorrentes, termoterapia, vácuoterapia e outros adequados a cada caso fazem com que o corpo reaja melhor, facilita a modelagem facial e corporal, melhora a cicatrização e acelera a recuperação.

A interação do cirurgião plástico e do terapeuta no atendimento ao paciente ocasionará um melhor controle sobre as reações pós-operatórias.

## ASPECTOS EMOCIONAIS APÓS A CIRURGIA

O apoio da família e dos amigos é fundamental durante o período de recuperação. Porém, ocasionalmente você ouvirá comentários de pessoas leigas que, apesar de não intencionais, podem levar a algum grau de instabilidade emocional. Portanto, procure confiar na capacidade e experiência do seu cirurgião – ele deve informar honestamente sobre o seu progresso e as expectativas em termos do resultado final.

Uma sensação de “depressão” é relativamente comum durante o período inicial após a realização de uma cirurgia plástica, devido às alterações ocasionadas pelo inchaço e as equimoses. Além disso, após a cirurgia, muitos pacientes esperam uma melhora instantânea da sua aparência, mesmo que racionalmente haja um entendimento que isto não ocorrerá.

Conseqüentemente, podem surgir dúvidas em relação à decisão de ter realizado o procedimento. Relaxe, isso é normal! À medida que a cicatrização progride, estes pensamentos costumam desaparecer rapidamente. Se sentir tristeza, procure entender isso como uma fase natural do processo de recuperação – é uma fase transitória, que passa rápido.



## **Consentimento Informado**

Antes da cirurgia, o paciente deve assinar o Consentimento Informado, que autoriza a realização do procedimento. Trata-se de um documento importante, que demonstra o seu entendimento e aceitação em relação aos potenciais benefícios e riscos associados à cirurgia, e demonstra confiança mútua entre médico e paciente. Todos os itens ali contidos devem ser conhecidos pelo paciente, o documento não deve apresentar nenhuma novidade, já que nesta altura todos os detalhes já devem ter sido discutidos com o médico. No entanto, é normal que o paciente fique assustado ao ler tal documento, pois ele apresenta as eventuais piores conseqüências. Tranqüilize-se: se todos os critérios aqui mostrados forem seguidos, a chance de uma cirurgia bem sucedida é grande e as complicações, raríssimas.

## **Aspectos financeiros**

A maioria das cirurgias plásticas não é coberta pelo convênio, com exceção dos casos de deformidade. Ao final da consulta, o médico deve fornecer o custo total do tratamento para que não haja surpresas, principalmente no pós-operatório, quando o paciente tem de se concentrar no restabelecimento e evitar qualquer tipo de preocupação. O orçamento, em geral, contém: o custo da equipe cirúrgica (cirurgião, anestesista, instrumentadora e assistentes, se necessário); hospital (costumam ter uma tabela de procedimentos para cirurgia plástica, e oferecem pacotes com honorários pré-determinados) e custos adicionais (materiais especiais a serem usados durante a cirurgia, como próteses de mama, cintas ou sutiãs específicos, placas de silicone, se necessário, medicamentos e tratamentos pós-operatórios, como massagem, drenagem linfática, quando indicado).

## **ANESTESIA EM CIRURGIA PLÁSTICA**

### **INTRODUÇÃO**

A anestesia é um procedimento fundamental na manutenção da saúde do paciente durante a cirurgia. Ela deve ser realizada por um profissional médico anestesista, membro da Sociedade do seu estado e da Sociedade Brasileira de Anestesia. O anestesista deve possuir experiência prática com todos os procedimentos, resolução de emergências e certificar-se do funcionamento adequado dos equipamentos, oferecendo ao paciente uma cirurgia com níveis máximos de segurança.

### **A VISITA PRÉ-ANESTÉSICA**

A visita pré-anestésica é o primeiro contato com o anestesista. Nesta breve entrevista, os antecedentes clínicos e cirúrgicos do paciente são discutidos detalhadamente, assim como eventuais doenças e medicações em uso. O anestesista deve checar os exames pré-operatórios, explicar as etapas da anestesia e detalhar as reações típicas do despertar. Ao final da entrevista, o paciente (que deve estar em jejum de pelo menos 8 horas) recebe um medicamento pré-anestésico para induzir o sono e diminuir o registro da memória em relação as manobras iniciais da anestesia em sala cirúrgica, deixando o paciente mais confortável.

### **A SALA DE CIRURGIA**

A sala cirúrgica deve possuir equipamentos atuais e confiáveis, sendo confortável tanto para o paciente como para equipe médica. Dentre os

aparelhos necessários, o monitor cardíaco, pressão arterial, oximetria digital e os sistemas de aquecimento são hoje a monitorização mínima exigida para qualquer procedimento cirúrgico. Estes aparelhos devem ser checados diariamente, para que a cirurgia seja executada com segurança.

## **TIPOS DE ANESTESIA**

Existem três tipos principais de anestesia em cirurgia plástica: local combinada (local associada com sedação), anestesia regional e anestesia geral.

A anestesia local combinada pode ser usada em vários procedimentos, desde pequeno porte, que são as mais freqüentes, às cirurgias mais prolongadas. Esta técnica é realizada preferencialmente em pacientes com boa saúde e estáveis emocional e fisicamente. Sempre sob adequada monitorização, drogas sedativas (injetadas na veia do paciente) são usadas para induzir um sono leve a moderado e uma solução anestésica é injetada na região a ser operada. O uso desta técnica permite ao paciente dormir ou ficar levemente desperto.

A anestesia regional atinge áreas mais setorizadas como o tórax, abdome, e os membros. As mais freqüentes são a raqui e a peridural, onde a solução anestésica é injetada na coluna. Estas técnicas, além de tirar a dor, oferecem uma sensação de dormência e relaxamento muscular na área anestesiada. Drogas sedativas (injetadas na veia do paciente) são costumeiramente usadas para induzir um sono leve e maximizar o conforto do paciente.

A anestesia geral é indicada para procedimentos de maior porte que necessitam de inconsciência total, maior controle e proteção das vias

aéreas. Esta técnica é mais segura em pacientes que possuem doenças crônicas e/ou que utilizam medicamentos indutores do sono, antidepressivos, ansiolíticos, drogas ilegais e álcool. A anestesia geral pode ser realizada utilizando anestésicos endovenosos e/ou agentes inalatórios, que são gases e líquidos voláteis oferecidos de forma contínua ao paciente através de um tubo colocado nas vias aéreas (intubação oro ou nasotraqueal). A profundidade da anestesia geral impede a percepção da dor, o despertar durante a cirurgia e produz abolição da memória. O avanço tecnológico da indústria farmacêutica, obtido nas últimas décadas, propiciou o aumento da potência e diminuição no tempo do efeito dos anestésicos, possibilitando um despertar mais rápido, suave e seguro.

## **RISCOS E COMPLICAÇÕES**

Os riscos e complicações em anestesia dependem de vários fatores, em sua grande maioria controláveis. Nesta avaliação, seguramente, o mais importante é a condição física e mental do paciente no momento da cirurgia. Por isso, pacientes com problemas cardíacos, hipertensão arterial, quadros pulmonares e outras doenças crônicas devem ser rigorosamente avaliados antes da cirurgia e só devem ser anestesiados se estiverem compensados clinicamente.

As possíveis reações à anestesia dependem da região operada, tempo/porte da cirurgia e da técnica anestésica escolhida. A sonolência residual e náusea são comuns e geralmente de curta duração, pois os medicamentos atuais são rapidamente metabolizados pelo organismo do paciente. Outra reação freqüente é o tremor, causado pela excessiva exposição da superfície corporal e o uso de líquidos alcoólicos para higienização da pele durante a cirurgia. Estes fatores podem levar à queda da temperatura corporal. Durante a

cirurgia, a infusão de soro aquecido e o uso de mantas térmicas são úteis para minimizar este problema.

As alergias são quadros pessoais e relativamente raros, ocorrendo na proporção de 1/3.500 até 1/14.000 das anestésias. Estas alergias são geralmente pouco graves e possuem tratamentos efetivos e consagrados. Em alguns casos, a alergia pode ser grave e com desfecho preocupante. Por isso, é essencial avisar o anestesista caso haja alguma alergia conhecida antes da cirurgia.

A hipertermia maligna é uma doença familiar (genética) caracterizada por um aumento anormal da temperatura corporal quando o paciente recebe determinados tipos de anestésicos inalatórios ou relaxantes musculares específicos. No passado recente, esta doença era frequentemente fatal. Atualmente dispomos de centros de informação nacional, bancos de dados e protocolos mundiais de tratamento, que oferecem índices de sucesso acima de 95%.

***A melhor anestesia é aquela considerada a mais segura e que permite o maior grau de controle durante a cirurgia.***

***A anestesia geral é mais previsível em termos da manutenção do sono e conforto, propicia amnésia total ao paciente e oferece maior controle ao cirurgião.***

## TOMANDO A DECISÃO

- Compreenda suas motivações e expectativas
- Os principais fatores que motivam o paciente a procurar uma cirurgia estética
- 10 maneiras de obter bons resultados
- Situações que contra-indicam a cirurgia estética

Atualmente, pessoas de idades variadas, profissões distintas e todas as classes sociais estão investindo em cirurgias plásticas. Embora a cirurgia estética não seja para todos, há várias razões para considerá-la. Muitos desejam recuperar a aparência da juventude, outros querem melhorar uma herança genética ou reparar a pele dos danos causados pela exposição ao sol e algumas mulheres esperam reverter os efeitos da gravidez ou perda de peso. Todos têm o mesmo objetivo final: parecer e se sentir melhores.

Se você está se perguntando se precisa de uma cirurgia plástica, a resposta é: ninguém precisa de uma cirurgia estética – as pessoas devem querer fazê-la. Embora seja uma decisão complexa, somente você pode decidir o que é melhor para si mesma. É claro que uma aparência melhor pode fazer você se sentir melhor e viver melhor, elevando a sua auto-estima. Na verdade, a cirurgia estética pode ser uma das maiores e mais positivas experiências na vida sobre a qual você tem controle. No entanto, ela não substitui uma vida saudável, regada à boa alimentação, dieta, prática de exercícios e boas decisões. Não é o segredo da felicidade. É apenas parte de um programa de bem-estar para maximizar o resultado de uma rotina saudável, de viver bem, de sentir-se bem.

Quando você estiver diante de uma decisão dessa importância, um período de introspecção para explorar seus interesses e entender suas motivações é fundamental. A aparência física, herdada ou adquirida, afeta a sua auto-imagem e a interação com os outros. Para

obter os mais gratificantes resultados da cirurgia estética, a primeira coisa que você deve fazer é observar-se no espelho e determinar o que te incomoda. Defina bem o que deve ser corrigido antes de discutir com a família, amigos ou mesmo com o cirurgião plástico. E nunca considere um procedimento exclusivamente para agradar o outro, nem se deixe dissuadir do seu objetivo, a menos que seu cirurgião afirme que é inadequado ou arriscado para o seu caso. Afinal de contas, quem convive com o problema é você.

Se os seus interesses são verdadeiros e as suas motivações são emocionalmente idôneas, você deve dar para si mesmo a chance de mudar algum aspecto da sua aparência física. Mas, se você encara a cirurgia estética como uma chance de mudar a sua vida e resolver problemas sociais, conjugais ou psicológicos, a sua primeira visita deve ser com um psiquiatra e não com um cirurgião plástico. A cirurgia estética pode realmente mudar a sua aparência física, elevar a sua auto-estima, e isso naturalmente vai fazê-lo sentir melhor consigo mesmo e com os outros, mas por si só, ela não solucionará todos os seus problemas.

Os principais fatores que motivam o paciente a procurar uma cirurgia estética:

- Características físicas determinadas pela genética, como determinado tipo de nariz, tamanho das mamas e formato das orelhas
- Alterações faciais e corporais causadas pelo envelhecimento
- Alterações causadas pela exposição exagerada ao sol
- Cicatrizes adquiridas no passado ou lesões após um traumatismo
- Por uma questão profissional, quando o trabalho exige contato com o público e a aparência é muito importante – para modelos, por exemplo
- Relacionamento amoroso com uma pessoa mais jovem

- Conflito entre como a pessoa se sente e como se vê no espelho
- Para envelhecer de forma mais confortável, sem sofrimento
- Para evitar que a auto-estima seja minimizada por outras crianças, como pode ocorrer com crianças portadoras de orelhas em abano
- Reconstruir o corpo após a gravidez e após perda de peso significativa
- Querer se livrar do excesso de gordura e pele que não respondem a projeto de exercícios e dieta
- Alterações corporais que minam o “sex appeal”, restando a auto imagem e a sexualidade

Embora a cirurgia estética tenha feito milhares de pessoas felizes, existe um limite para o que é possível se obter, sempre. Os pacientes que ficam mais felizes são os que aceitam aquilo que é possível. A principal causa de desapontamentos com o resultado é quando o procedimento não atende às expectativas do paciente – e isso em geral acontece devido às expectativas irreais. Há coisas que não são possíveis de serem feitas, pois os tecidos e as técnicas impõem limites. O melhor caminho para se proteger de expectativas irreais é conversar cuidadosamente com o seu cirurgião plástico. A comunicação clara com o médico é essencial para o sucesso, por isso é vital que você escolha um profissional com o qual se sinta confortável. Faça todas as perguntas e ouça tudo o que ele disser com a maior atenção. Quanto mais concreta e específica for a sua expectativa e educação sobre o procedimento, mais provável será sua satisfação com o resultado final.

Para ficar feliz com o resultado é preciso também entender que existe um tempo de recuperação, acompanhado de algum quadro de dor e cicatriz no pós-operatório, para o corpo se ajustar ao que foi feito. Há áreas que incham mais, outras menos, mas o resultado nunca é imediato. Não alimentar ilusões é crucial para evitar



frustrações. Saber, por exemplo, que todos têm algum grau de assimetria, por isso há diferenças entre um lado e outro que vão persistir depois da cirurgia.

Além de custos financeiros, a cirurgia estética impõe desconforto, tempo longe do trabalho, risco médico e a possibilidade de desapontamento, real ou imaginário. Preparar-se para tudo isso fica bem mais fácil quando se está bem seguro do que se quer, quando é possível contar com a ajuda de um cirurgião plástico competente e atencioso e com o apoio da família.

### **10 maneiras de obter bons resultados**

1. Escolher uma equipe médica e hospital de alto nível
2. Ter motivações e expectativas realistas
3. Estar em boa forma física e psicológica no momento da cirurgia
4. Entender os riscos
5. Dar tempo a si mesmo para tomar a decisão. Não decidir por impulso
6. Estar extremamente bem informada sobre o procedimento desejado
7. Seguir as orientações da equipe médica rigorosamente
8. Contar com a ajuda da família ou profissional durante a recuperação
9. Evitar pressão financeira
10. Melhorar seu estilo de vida: comer melhor, fazer exercícios

Situações que contra-indicam a cirurgia estética:

Expectativas não realistas, quando o paciente acreditar que a cirurgia trará resultados milagrosos e/ou a perfeição. É importante perceber que o objetivo da cirurgia plástica é melhorar a aparência de uma determinada região do corpo,

- sendo que não é possível obter a perfeição. Isto é especialmente verdadeiro no caso de consertos de cirurgias prévias mal sucedidas.
- Achar que você tem problema em uma região e ninguém concordar com isso. Ter uma percepção de uma anormalidade que outras pessoas não vêem. Isso pode indicar dismorfismo corpóreo, que aparece em 5% dos pacientes que procuram a cirurgia plástica. Em casos de rinoplastia, esta porcentagem pode chegar a 20%.
- Depressão e/ou problemas psicológicos. A cirurgia plástica não resolve estes problemas, apenas gera um bem-estar que pode durar alguns meses. Após este período, os sintomas costumam voltar. É indicado curar a depressão antes de submeter-se à cirurgia.
- Resolver uma crise de relacionamento. A cirurgia plástica não resolve problemas interpessoais e deve ser feita no momento em que a vida emocional do paciente estiver estável.
- Fazer cirurgia devido à pressão externa. A regra mais básica é fazer cirurgia estética para você e não para agradar o namorado, a mãe ou quem quer que seja.
- Alto risco cirúrgico, quando o paciente possuir alguma doença que torne a anestesia e a cirurgia muito arriscados.

## RISCOS EM CIRURGIA PLÁSTICA

Por ser eletiva – e não uma operação de emergência –, a cirurgia plástica tem por obrigação minimizar os riscos. Para isso, basta escolher criteriosamente o médico, falar abertamente sobre a sua saúde e eventuais medicamentos de que faz uso, fazer o procedimento em um hospital adequado e seguir as indicações pré e pós-operatórias.

Ainda assim, qualquer procedimento cirúrgico envolve algum risco de complicações. A cirurgia plástica não é uma ciência exata e, às vezes, mesmo fazendo com um bom profissional, que seguirá à risca os procedimentos necessários, o corpo pode responder de forma inesperada. Não culpe o médico neste caso – ele provavelmente estará tão desconfortável quanto você. Felizmente, as complicações menos graves costumam ser mais frequentes e complicações mais sérias tendem a ser mais raras. Além disso, a maioria delas acaba levando apenas a um prolongamento do período de recuperação, sem comprometer o resultado final da cirurgia.

O cirurgião competente e preocupado sabe como resolver a complicação e vai ficar ao seu lado até tudo ser resolvido. Afinal, você é o cartão de visitas do médico. O principal, neste caso, é que o médico fale sobre as causas do problema e eventuais soluções com honestidade e clareza, para minimizar a ansiedade do paciente. Agradeça se o seu médico tiver humildade para perceber que não é capaz de corrigir o problema e lhe indicar um especialista. No caso de insegurança, o paciente deve procurar a opinião de dois ou três médicos a fim de certificar-se do melhor caminho e adquirir confiança.

Naturalmente, ao considerar uma cirurgia, nunca se pensa que uma complicação possa acontecer com você. Ainda assim, riscos e complicações acontecem ocasionalmente, por isso é bom conhecer alguma coisa sobre eles.

**Sangramento:** podem ocorrer sangramentos durante ou após a cirurgia, podendo interferir nos processos de cicatrização e aumentar o risco de infecção. Visando minimizar os riscos, não utilize aspirina, anti-inflamatórios por duas semanas antes ou após a cirurgia. Fatores como a hipertensão descontrolada, dor, vômitos, esforço excessivo e constipação podem causar sangramento após a cirurgia – nestes casos, o sangue acumulado deve ser drenado.

**Seroma:** independente do uso dos drenos, podem ocorrer acúmulos de fluido entre a pele e as estruturas profundas devido à liquefação de gordura. Se isto ocorrer, podem ser necessários procedimentos como massagens, curativos compressivos e a drenagem do líquido através de punção.

**Infecção:** atualmente, as infecções após uma cirurgia plástica são bastante raras. Porém, é importante que você saiba reconhecer os

seus sinais e sintomas, para que possa avisar seu médico. Os sinais sistêmicos induzem febre, sensação de moleza e calafrios; os sinais locais mais comuns são vermelhidão ao redor da incisão, inchaço, dor, calor e saída pus por entre os pontos. Embora as infecções superficiais possam ser tratadas apenas com curativos e pomada antibiótica, as infecções mais profundas podem necessitar de antibióticos e até cirurgia para limpeza eficaz.

**Lesão de estruturas profundas:** raramente estruturas profundas como vasos sanguíneos, músculos e nervos podem ser lesadas durante a cirurgia. A ocorrência destas lesões depende da técnica cirúrgica empregada e os sintomas podem ser temporários ou permanentes. Em relação aos nervos, tanto os motores quanto os sensitivos podem ser lesados, levando a graus variáveis de paralisia muscular e a alterações de sensibilidade na região operada. Estas alterações costumam ser temporárias e o retorno da função normal ocorre habitualmente após alguns meses. Felizmente, as seqüelas permanentes são raras.

**Abertura da ferida ou cicatrização prolongada:** durante o período de cicatrização, qualquer incisão pode evoluir de forma mais lenta devido a

fatores como infecção, tensão na ferida, diminuição da circulação, fumo, pressão externa, desnutrição, carência de vitaminas, diabetes e outras síndromes clínicas. Portanto, é fundamental estar em boas condições de saúde na hora da cirurgia! Felizmente, o resultado final não costuma ser significativamente afetado e pode ser melhorado, caso seja necessário, através da realização de pequenas cirurgias de correção.

**Cicatrizes:** apesar da utilização das técnicas mais modernas em cirurgia plástica, é possível que cicatrizes anormais surjam na pele e/ou nos tecidos profundos. Curiosamente, algumas pessoas e/ou regiões do corpo (peito, ombro e face) possuem uma tendência à formação de cicatrizes hipertróficas e quelóides. As cicatrizes podem apresentar relevo e coloração diferentes da pele vizinha, sintomas como queimação, prurido e dor e podem alargar-se discretamente durante o pós-operatório. Apesar de ser impossível prever a resposta de cada paciente, os sintomas e a aparência das cicatrizes costumam melhorar durante o processo natural de maturação que ocorre em qualquer cicatriz (e que dura de 6 meses a 2 anos). Portanto, além do emprego de técnica cirúrgica refinada como medida preventiva, tratamentos adicionais incluindo curativos especiais, injeção de corticóides, aplicação de placas de silicone e/ou espuma compressiva, antibióticos, radioterapia, betaterapia e até cirurgia podem ser necessários para melhorar o aspecto destas cicatrizes. Finalmente, pacientes fumantes apresentam maior risco de complicações em relação à cicatrização.

**Alergias:** ocasionalmente, podem ocorrer reações alérgicas às substâncias anti-sépticas, pomadas, suturas, esparadrapos e medicamentos utilizados durante o tratamento. Estes problemas são

raros, simples e facilmente resolvidos através da suspensão ou substituição do agente causador. Em circunstâncias extremamente raras, as reações alérgicas podem ser graves e necessitarem de tratamento hospitalar. Os sinais de alergia incluem o aparecimento de placas ou manchas avermelhadas na pele (especialmente nas partes expostas ao sol), inchaço e prurido no local onde houve contato com o agente responsável. Portanto, interrompa o uso de qualquer medicamento que leve ao aparecimento destes sintomas e ligue imediatamente para o seu médico.

**Assimetria:** o corpo humano é naturalmente assimétrico. Portanto, podem haver pequenas variações em relação à simetria dos resultados obtidos pela cirurgia, especialmente em casos onde a assimetria está presente antes do procedimento. Em outras palavras, mesmo seguindo um planejamento técnico rigoroso que normalmente é capaz de proporcionar um resultado satisfatório, é impossível garantir a perfeita simetria dos resultados. Caso haja assimetria, pequenos procedimentos adicionais podem ser suficientes para a sua correção.

**Resultado insatisfatório e cirurgias adicionais:** os procedimentos em cirurgia plástica visam corrigir deformidades e melhorar a aparência. Apesar dos procedimentos serem realizados com uma grande probabilidade de sucesso, a especialidade não é uma ciência exata e a insatisfação pode ocorrer tanto para os pacientes quanto para o cirurgião. Felizmente, os resultados adversos são raramente permanentes e podem ser melhoradas através da realização de cirurgias de correção.

**Complicações graves:** complicações clínicas graves, como alguns tipos de reação alérgica a medicamentos, embolia pulmonar, arritmias cardíacas, infarto e hipertermia maligna são extremamente raras. Portanto, é fundamental que você informe ao seu médico sobre qualquer condição clínica pré-existente durante a consulta médica, para que a sua cirurgia seja planejada de forma segura. A realização das cirurgias em clínicas e/ou hospitais adequadamente aparelhados segundo a legislação e com técnicas de anestesia de última geração tem reduzido a ocorrência destas complicações significativamente.

## Efeitos maléficos do cigarro e de alguns medicamentos

Fumar retarda a capacidade de recuperação do corpo devido aos efeitos da nicotina, que causa constrição dos vasos e uma diminuição do aporte de nutrientes para a cicatrização da região operada. Fumantes têm maior tendência a infecções, problemas na pele e complicações com a anestesia em certas cirurgias. A diferença é tão impressionante que a maioria dos cirurgiões plásticos insiste que seus pacientes parem de fumar pelo menos 3-4 semanas antes, principalmente em cirurgias da face, mamas e do abdome. Alguns cirurgiões fazem a cirurgia apesar do paciente continuar fumando. Entretanto, os riscos

- são maiores e o resultado final pode ser insatisfatório. Os patches e chibletes de nicotina também devem ser interrompidos antes da cirurgia.
- Aspirina e medicamentos similares aumentam o risco de sangramento durante a cirurgia e de hematomas após a cirurgia. Suspenda o uso destes medicamentos 15 dias antes da cirurgia para evitar problemas. Exceção é feita ao Acetaminophen (Tylenol), que é seguro na dose recomendada pelo médico.
- Alguns cirurgiões plásticos suspeitam que as ervas medicinais (Arnica, Ginko Biloba) possam promover sangramento ou outros problemas durante a cirurgia. Suspenda também o uso destes medicamentos 15 dias antes da cirurgia.
- Alguns remédios de regime podem causar problemas cardiovasculares que persistem por longo tempo após sua interrupção, e isso pode predispor o paciente a problemas cardíacos severos ou pulmonares durante ou após a cirurgia.
- Álcool é uma droga que pode afetar o resultado de sua cirurgia. Pode reduzir a capacidade de formar coágulos, aumentar o sangramento e elevar o risco de desenvolver hematomas. Para minimizar esses problemas, abstenha-se pelo menos 7 dias antes e 14 dias após a cirurgia.

***Qualquer cirurgia oferece riscos; daí a importância de procurar um cirurgião capacitado que priorize a segurança em todas as etapas do tratamento. Desta forma, a ocorrência de complicações é extremamente rara.***

## CIRURGIA PLÁSTICA

A cirurgia plástica tem como objetivo proporcionar harmonia e bem-estar a pacientes com sinais de envelhecimento ou deformidades, resgatando a auto-estima e promovendo a reintegração do indivíduo no seu grupo social. A especialidade assumiu uma enorme importância na sociedade moderna, já que uma boa aparência pode exercer influência significativa em várias áreas da vida social, profissional e até pessoal. Quando melhoramos a aparência, amplificamos nosso orgulho e auto-estima – isto maximiza a nossa performance em todos os aspectos. Enfim, a filosofia da cirurgia plástica é ajudar o paciente a melhorar a sua qualidade de vida.

Muitos se perguntam quais seriam os motivos para realizar uma cirurgia plástica. A resposta é tentar desenvolver o propósito fundamental da vida: atingir uma sensação de realização e felicidade. Porém, o paciente que procura a cirurgia plástica deve entender que o tratamento não é capaz de resolver problemas como a infelicidade no casamento, dificuldades profissionais e alterações psiquiátricas, especialmente se o paciente credita estes problemas à sua aparência. Portanto, os motivos devem ser sempre realistas.

A cirurgia plástica estética foi desenvolvida visando reverter ou disfarçar alguns dos sinais evidentes do envelhecimento. Porém, nem sempre é possível recriar as condições que existiam na juventude, assim como às vezes pode ser impossível atingir as expectativas do paciente. Portanto, através de cirurgias cuidadosamente planejadas, cuja técnica é aperfeiçoada após muitos anos de árduo treinamento, experiência, conhecimento e habilidade cirúrgica, o objetivo do cirurgião é melhorar a aparência do seu paciente da maneira mais natural e equilibrada possível.

É importante perceber que a cirurgia plástica não é uma ciência exata, e sim uma especialidade que envolve altos graus de subjetividade artística. Inclusive, o cirurgião costuma ser desafiado por várias opções durante o planejamento e realização de uma cirurgia. Assim, é importante perceber que o grau de sucesso de uma cirurgia depende de vários fatores e não apenas da habilidade do médico. Aspectos como idade, saúde, textura da pele, qualidade dos tecidos, estrutura óssea, doenças associadas, expectativas do paciente e fatores inerentes à cicatrização influenciam o resultado de forma decisiva. Quando todas estas variáveis colaboram, a chance de obter um resultado satisfatório aumenta significativamente.

A insatisfação após uma cirurgia bem executada é rara, embora isto seja possível devido aos critérios subjetivos com que os resultados são freqüentemente julgados. Afinal, o paciente submetido a uma cirurgia plástica acaba expondo o trabalho realizado a constantes avaliações quando mostra o resultado aos amigos e conhecidos. Portanto, é fundamental que o paciente e o cirurgião percebam as potenciais limitações de cada procedimento, aceitando o nível de melhora possível de ser obtido em cada caso.

Além disso, como o processo de envelhecimento é contínuo, o resultado da maioria das cirurgias plásticas não dura para sempre. É inevitável que os tecidos sofram modificações com o tempo e é impossível prever quando e com qual intensidade isto acontecerá. Fatores como a genética, idade, características étnicas, estilo de vida, doenças associadas e nutrição influenciam este equilíbrio, intensificando ou não a necessidade de procedimentos adicionais de manutenção.

Finalmente, na maioria dos casos a decisão final sobre a realização de uma cirurgia plástica depende fundamentalmente do paciente. Considerando que nem todos os pacientes podem ser bons candidatos a uma determinada cirurgia e que um tipo de cirurgia pode não ser recomendável a todos que a solicitam, a avaliação



honestidade de um cirurgião experiente é fundamental para aumentar as chances de um resultado satisfatório.

*Todo mundo pergunta qual é a diferença entre cirurgia plástica e cirurgia estética. Cirurgia plástica engloba a cirurgia reconstrutora e a cirurgia estética. A proposta da cirurgia reconstrutora é restaurar a forma e a função do corpo em pacientes que sofreram acidentes, câncer, queimaduras, defeitos congênitos e outros problemas. A cirurgia estética tem por objetivo melhorar a aparência de pessoas saudáveis. É uma sub-especialidade da cirurgia plástica. Dessa forma, toda cirurgia estética é cirurgia plástica, mas nem toda cirurgia plástica é cirurgia estética. De modo geral, as pessoas usam o termo "cirurgia plástica" para se referirem à cirurgia estética, pois é mais familiar e mais popular.*

*Não existe limite de idade para realizar uma cirurgia, desde que o paciente esteja em boas condições de saúde.*

*A cirurgia plástica deve ser sempre realizada com totais condições de segurança para evitar complicações que podem ser extremamente graves.*

O paciente deve entender quando o cirurgião não indicar a cirurgia para o seu caso. Infelizmente, há médicos gananciosos, mas há também os conscienciosos, que contra-indicam. Entenda e acate.

*Os motivos que levam uma pessoa a procurar um tratamento cirúrgico devem ser realistas. A cirurgia não representa uma potencial cura para os problemas do dia-a-dia.*

O cirurgião estaria sendo antiético se garantisse os resultados de qualquer tratamento por ele realizado. Podemos apenas nos esforçar ao máximo para ajudar o paciente a atingir um resultado satisfatório.



Av. Nossa S. da Penha, 570 - 11ª andar - Sala 1107  
Centro da Praia Shopping | Praia do Canto - Vitória - ES  
CEP: 29055-131 | Tel.: +55 27 3223-6090