

DR. EDÉLCIO
S. SHIMABUCORO
CRM 79 890
RQE 55 563

DIRETOR TÉCNICO

Da Assembléia, 480
Assis . SP

www.fdgcirurgioplastica.com.br



FONTANA
DELLA GIOVENTÙ

HOSPITAL DE CIRURGIA PLÁSTICA

e-book abdominoplastia

VOCÊ EM EQUILÍBRIO COM SUA BELEZA.

Planejar uma cirurgia plástica começa em saber qual parte do corpo você deseja melhorar. Depois busque as informações sobre o tratamento desejado. É muito importante para o sucesso de uma cirurgia plástica ter uma expectativa realista do que ela pode lhe oferecer de resultado. Falsas expectativas certamente lhe ocasionarão frustração e aborrecimentos. O melhor antídoto para isso é estar bem informada(o). Esclarecer todas as suas dúvidas também ajudará muito a se sentir mais segura(o) e tranquila(o).

Queremos, com a nossa experiência, ajudá-la(o) da melhor maneira possível, a estar de bem consigo mesma(o). Saiba como fazer a escolha certa, sem dúvidas, e em sintonia com a sua saúde.



➤ ESCOLHA UM CIRURGIÃO DE CONFIANÇA

Cirurgia plástica envolve muitas escolhas a primeira e mais importante é selecionar o cirurgião em quem confiar.

Escolhendo um cirurgião membro da SBCP assegura que você selecionou um médico que:

- Completou um treinamento em cirurgia de no mínimo cinco anos, sendo três de deles em cirurgia plástica.
- Está treinado para realizar todo tipo de cirurgia plástica.
- Está submetido a um código estrito de ética.
- Apenas opera em instalações médicas credenciadas.

Cirurgiões membros da SBCP são seus parceiros em cirurgia plástica, seja reconstrutiva ou cosmética.

FONTANA
DELLA GIOVENTÚ



DR. EDÉCIO
S. SHIMABUCORO
CRM 79 890
RQE 55 563

CIRURGIÃO PLÁSTICO

- Formado em Medicina pela Faculdade de Medicina de Marília (FAMEMA).
- Especialização em cirurgia geral pela FAMEMA.
- Especialização em cirurgia plástica, no Serviço de Cirurgia Plástica e Queimados da Santa Casa e Clínica Imagem, em São José do Rio Preto/SP.
- Título de “Especialista em Cirurgia Plástica”, pela Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica (SBCP), reconhecido pelo Ministério da Saúde e pelo Conselho Federal de Medicina.
- É membro especialista da SBCP.





CIRURGIA ESTÉTICA CORPORAL

➤ CIRURGIA DO ABDÔMEN

ABDOMINOPLASTIA

Procedimento em que se remove o excesso de gordura e de pele e, na maioria dos casos, restaura os músculos enfraquecidos ou separados, criando um perfil abdominal mais suave e tonificado. Ter um abdômen liso e tonificado é algo que muitos de nós se esforça para ter através de exercício físico e controle de peso. No entanto, às vezes, exercício físico e controle de peso não são suficientes para que alcancemos nossos objetivos. Mesmo pessoas com peso corporal e proporção normais podem desenvolver um abdômen protruído, frouxo e flácido. As causas mais comuns destas situações incluem:

- Gravidez,
- Envelhecimento,
- Oscilações significativas no peso,
- Hereditariedade,
- Cirurgia prévia.

A abdominoplastia é um procedimento altamente individualizado e você deve fazê-lo para si mesmo, não para satisfazer os desejos de outra pessoa ou para se adaptar a qualquer tipo de imagem ideal.



PRÉ-OPERATÓRIO

Cuidados que são essenciais:

Realize todos os exames solicitados pelo médico que geralmente são: hemogramacompleto; coagulograma com TAP e TTPA; glicemia de jejum; T4; TSH; Urina tipo I; teste ergométrico (caso tenha mais de quarenta anos de idade ou algum problema cardíaco) e exame de gravidez caso haja esta possibilidade.

Jejum de no mínimo 8 horas antes do início da cirurgia. Importante salientar que o jejum inclui ingestão de qualquer líquido, inclusive água. Um pequena quantidade de água no seu estômago poderá num reflexo de vômito voltar e ser aspirado para dentro da via respiratória podendo ocasionar consequências gravíssimas.

Não se esqueça de nos informar se usa algum medicamento, inclusive vitaminas ou fitoterápicos (remédios derivados de princípios ativos de plantas). Algumas medicações devem ser interrompidas alguns dias antes da cirurgia e outras substituídas temporariamente.

Suspenda dez dias antes o uso de qualquer medicação que contenha ácido acetil salicílico (Aspirina, AAS, Melhoral, Doril, Engov...). Ele altera a coagulação aumentando o risco de sangramento e pode ser motivo de complicação de algumas técnicas anestésicas. Caso use por orientação do seu cardiologista discuta o assunto com o médico

anestesista de nossa equipe no dia da sua avaliação pré anestésica.

Não fumar (e não permanecer em ambiente com fumaça de cigarro) 15 dias antes e 15 dias após a cirurgia;

No dia da sua cirurgia, compareça no horário combinado, de preferência acompanhado(a);

Não pintar as unhas, pois através da cor dela é possível detectar problemas durante a cirurgia, além de não prejudicar a leitura de um importante aparelho de monitorização chamado de oxímetro.

Não há necessidade de depilar a área da cirurgia. Caso tenha esse hábito solicitamos que não faça nos dias que antecedem a cirurgia. A depilação, independente do método utilizado, sempre provoca uma irritação na pele aumentando a flora bacteriana com conseqüente aumento do risco de uma infecção no local da cirurgia.

Traga para o hospital sua escova de cabelo e de dentes, roupas largas e fáceis de vestir. Venha sem brincos, colar, anel, pulseiras ou outros acessórios.

Caso utilize prótese dentária móvel, não se esqueça de nos avisar, é muito importante removê-la antes do início da cirurgia.

Qualquer intercorrência como doenças (gripe, tosse, febre, infecção) ou outros motivos que acarretem a suspensão da cirurgia, deverá ser avisado com antecedência. Para realizar uma cirurgia sua imunidade deve estar boa, e para isso, é fundamental você estar bem emocionalmente.



PÓS-OPERATÓRIO

1 - Na ida do hospital para casa vá sentada normalmente no banco do carro, com o cinto de segurança! Se sentir mais confortável pode reclinar um pouco o banco.

2 - No abdome, presença de “repuxados” na pele (tipo “botão de sofá”) desaparecerão no máximo em 3 meses. São devidos a pontos internos com fio absorvível que leva em torno de 60 dias para desaparecer.

3 - É muito importante movimentar os pés e as pernas mesmo estando em repouso na cama (prevenção de trombose/ embolia).

4 - Dieta alimentar: dê preferência aos alimentos ricos em fibras e que auxiliem no funcionamento do intestino. É comum o intestino ficar mais “preguiçoso” (obstipado) nessa primeira semana. Se precisar use um laxante que já esteja habituado (a). Poderá também haver desconforto com gases, neste caso sugerimos Dimeticona (Luftal) 40 gotas ou 1 comprimido de 8 em 8 horas. Evite camarão, carne de porco, soja (e derivados) e alimentos muito condimentados/apimentados e ou muito salgados. Inclua sempre as frutas (exceto o abacate), peixes, castanhas/nozes, carne vermelha magra e vegetais arroxeados (cereja, beterraba e berinjela).

5 - Não fumar. Nem permitir que outros fumem no mesmo ambiente.

6 - Você ficará bastante debilitada na primeira semana. Portanto evite esforços físicos nos primeiros sete dias. Nesse período procure repou-

sar, se alimentar bem e ingerir bastante líquidos (no mínimo dois litros de água por dia). Poderá ocorrer hipotensão (pressão baixa) ocasionando tontura, náuseas (enjôos) e até “desmaios”. Caso isso ocorra deite-se e peça para alguém levantar as suas pernas que o mal estar melhorará em poucos minutos.

7 - Não molhe as áreas operadas antes de trocarmos o primeiro curativo.

8 - Use a cinta compressiva o dia todo, inclusive para dormir (só tire para banho ou para lavá-la). O uso incorreto poderá ocasionar danos irreversíveis como a formação de fibrose cicatricial irregular (causadoras de “caroços” e irregularidades na superfície corporal submetida ao tratamento).

9 - Não engorde, pois isso prejudicará o resultado. Não aceitaremos reclamações caso ganhe peso após a cirurgia.

Esforço físico (esportes, peso...)	após 60 dias
Andar c/ corpo semi-fletido	14 dias
Erguer os braços	liberado
Dirigir automóvel	após 14 dias
Uso da cinta	2 meses
Fumar	após 14 dias
Tomar sol/Piscina	após 2 meses
Sexo	após 40 dias
Banho de Chuveiro (proibido banheira)	após troca do primeiro curativo



FORMA **CORRETA** DE LEVANTAR DA CAMA



A - Girar o corpo para o lado.



B - Colocar as pernas para fora da cama.



C - Sentar na cama.

FORMA **INCORRETA** DE LEVANTAR DA CAMA



FORMA **CORRETA** DE DEITAR



(Cuidado para não comprimir a dobra do joelho)

MESMO DEITADA MOVIMENTE AS PERNAS PARA PREVENIR TROMBOSE

SAIBA TUDO SOBRE ABDOMINOPLASTIA

A ABDOMINOPLASTIA SERÁ UMA BOA OPÇÃO PARA VOCÊ SE

- Você for saudável sem patologia que possa prejudicar a cicatrização ou aumentar o risco da cirurgia,
- Você não fuma,
- Você tem perspectiva positiva e expectativas realistas sobre a cirurgia.

Embora os resultados de um procedimento de abdominoplastia sejam tecnicamente permanentes, o resultado positivo pode diminuir muito devido a oscilações significativas no peso. Por esta razão, pessoas que estão planejando perder peso substancial ou mulheres que consideram futuras gestações são aconselhadas a postergar a cirurgia de abdominoplastia.

O QUE A ABDOMINOPLASTIA NÃO VAI FAZER

A cirurgia de abdominoplastia não é um substituto à perda de peso ou a programa adequado de exercício físico. Ademais, a abdominoplastia não corrige estrias, embora possam ser removidas ou melhoradas ligeiramente se estiverem localizadas em áreas de pele adicional que será removida, em geral, nas áreas tratadas abaixo do umbigo.

ESTEJA PREPARADO PARA DISCUTIR

- A razão pela qual quer se submeter à cirurgia, suas expectativas e o resultado desejado,
- Condições médicas, alergia medicamentosa e tratamentos médi-

- cos prévios,
- Uso atual de medicamentos, vitaminas, medicamentos naturais, fumo, álcool e drogas,
- Cirurgias prévias.

O CIRURGIÃO TAMBÉM PODERÁ

- Avaliar seu estado geral de saúde e todas as condições pré-existentes de saúde ou fatores de risco,
- Tirar fotos para seu prontuário médico,
- Discutir suas opções e recomendar um tratamento,
- Discutir prováveis resultados da cirurgia e quaisquer riscos ou complicações potenciais.

PREPARANDO-SE PARA A CIRURGIA

Previamente à cirurgia, pode ser necessário:

- Fazer exames de laboratório ou avaliação médica,
- Tomar certos medicamentos ou ajustar seus medicamentos atuais,
- Parar de fumar bem antes da cirurgia,
- Evitar tomar aspirina, anti-inflamatórios e medicamentos naturais, pois podem aumentar o sangramento.

INSTRUÇÕES ESPECIAIS

- O que fazer na noite anterior e na manhã da cirurgia (tempo de jejum, medicamentos, banho),
- O uso de anestesia durante o procedimento,
- Cuidados pós-operatórios.

RISCOS E INFORMAÇÕES DE SEGURANÇA

A decisão de se submeter à cirurgia é pessoal e é você quem terá de decidir se os benefícios atingirão os seus objetivos e se os riscos e complicações potenciais da cirurgia são aceitáveis. O cirurgião



plástico e/ou assistentes irão lhe explicar, em detalhes, os riscos associados à cirurgia. Você deverá assinar o termo de consentimento para assegurar que compreendeu plenamente o procedimento ao qual vai se submeter e quaisquer riscos ou complicações potenciais.

POSSÍVEIS RISCOS DA CIRURGIA

- Cicatrizes desfavoráveis,
- Sangramento (hematoma),
- Infecção,
- Acúmulo de líquido (seroma),
- Riscos anestésicos,
- Má cicatrização,
- Necrose da pele,
- Dormência ou demais alterações de sensibilidade da pele,
- Despigmentação da pele e/ou inchaço prolongado,
- Assimetria,
- Deiscência (reabertura de uma ferida previamente fechada),
- Necrose do tecido adiposo,
- Danos em estruturas mais profundas tais como nervos, vasos sanguíneos, músculos e pulmões,
- Dor, que pode perdurar,
- Trombose venosa profunda, complicações cardíacas e pulmonares,
- Fios de sutura podem espontaneamente emergir na pele, tornando-se visíveis ou causar irritação que exijam sua remoção,
- Possibilidade de novo procedimento cirúrgico.



PROCEDIMENTO CIRÚRGICO

O que acontece durante a cirurgia?

ETAPA 1 – ANESTESIA

Medicamentos são administrados para o seu conforto durante o procedimento cirúrgico. As opções incluem sedação intravenosa seguida de raqui-anestesia ou peri-dural e em alguns casos mais raros anestesia geral ou anestesia local. O médico anestesiológico irá recomendar a melhor opção para você.

ETAPA 2 – INCISÃO

O procedimento completo da cirurgia de abdominoplastia requer uma incisão horizontal orientada na área entre a linha do púbis e umbigo. A forma e o comprimento da incisão serão determinados pelo grau de correção necessário. Através desta incisão, os músculos abdominais enfraquecidos são reparados e suturados, enquanto o excesso de gordura, de tecidos e de pele são removidos. Uma segunda incisão, em torno do umbigo, pode ser necessária para remover o excesso de pele na parte superior do abdômen.

ETAPA 3 – FECHANDO AS INCISÕES

Suturas, adesivos de pele, fitas ou cliques são usados para fechar as incisões na pele.

ETAPA 4 – RESULTADOS

O procedimento de abdominoplastia irá resultar em um contorno abdominal mais suave e tonificado, ficando mais proporcional com o seu tipo de corpo e peso. Os resultados finais podem ser inicialmente obscurecidos pelo inchaço e por sua incapacidade de ficar totalmente na vertical até que a cicatrização interna seja finalizada. Dentro de uma semana ou duas, você poderá ficar totalmente em pé e estará mais confiante com o seu novo perfil.

RECUPERAÇÃO PÓS-OPERATÓRIA

Após a cirurgia, curativos ou bandagens podem ser aplicados sobre as incisões e você pode ser envolto em uma bandagem elástica ou compressão para minimizar o inchaço e sustentar os novos contornos do abdômen à medida que cicatrizam. Um dreno pode ser temporariamente colocado sob a pele para drenar qualquer excesso de sangue e de fluido que possam acumular.

SERÃO DADAS INSTRUÇÕES ESPECIAIS, INCLUINDO

Como cuidar do local da cirurgia e dos drenos, os medicamentos que tem de aplicar ou tomar por via oral para ajudar na cicatrização e reduzir o risco de infecção, e acompanhamento pós-operatório com o cirurgião plástico.

PERGUNTE AO CIRURGIÃO PLÁSTICO SOBRE A RECUPERAÇÃO

- Onde vou permanecer em recuperação após o término da cirurgia?
- Qual medicação me será dada ou prescrita após a cirurgia?
- Será necessário curativo após a cirurgia? Quando será removido?
- Os pontos serão removidos? Quando?
- Quando poderei retomar minhas atividades normais e exercício físico?
- Quando será a consulta de retorno?

Cirurgias abdominais prévias podem limitar os resultados potenciais de uma abdominoplastia. Em mulheres que se submeteram à cesariana, as cicatrizes existentes podem, muitas vezes, ser incorporadas à nova cicatriz.



GLOSSÁRIO

- Abdominoplastia: Procedimento cirúrgico para corrigir o excesso de pele flácida sobre o abdômen.
- Diástase: Condição em que os músculos abdominais se separaram.
- Anestesia geral: Drogas e/ou gases utilizados durante a cirurgia para aliviar a dor e diminuir a consciência.
- Hematoma: Acúmulo de sangue abaixo da pele.
- Sedação intravenosa: Sedativos administrados por injeção na veia para ajudar a relaxar.
- Lipoaspiração: Procedimento em que se aspira gordura por debaixo da superfície da pele.
- Anestesia local: Medicamento injetado diretamente no local de incisão durante a cirurgia para aliviar a dor.
- Suturas: Pontos utilizados pelos cirurgiões para manter a pele e o tecido unidos.



➤ ANESTESIA

É importante lembrar que o anestesista sempre conversa com o paciente antes da cirurgia, checa os exames pré-operatórios e explica sobre a anestesia que será realizada, além de monitorizar e acompanhar este paciente durante todo o tempo da cirurgia.

TIPOS UTILIZADOS

LOCAL

Aplicada diretamente na área que será operada. Geralmente associada à sedação, onde o paciente dorme e não vê a aplicação da anestesia.

PERIDURAL OU RAQUI

Aplicada nas costas. O paciente fica com toda a área do abdome, costas e pernas adormecidas. Também associada à sedação e o paciente dorme antes da aplicação.

GERAL

Os medicamentos são aplicados na veia e o paciente dorme, a respiração do paciente fica assegurada graças a moderno respirador monitorado.



DRA. CRISTIANE VARGAS
B. SHIMABUCORO
CRM 79 885
RQE 37 437

MÉDICA ANESTESISTA

- Formada em Medicina pela Faculdade de Medicina de Marília (FAMEMA).
- Especialização em anestesiologia, no Serviço de Anestesiologia da Santa Casa de Marília, credenciado pela Sociedade Brasileira de Anestesiologia (SBA).
- Título de “Especialista em Anestesiologia”, pela SBA, reconhecido pelo MEC e pelo Conselho Federal de Medicina.
- É membro especialista da SAESP e da SBA.
- Docente do Departamento de Anestesiologia da Faculdade de Medicina de Marília no período de 1997 a 2002, ministrando aulas e cursos na área de anestesiologia aos alunos da FAMEMA e aos médicos residentes de anestesiologia da FAMEMA.





FONTANA
DELLA GIOVENTÙ

HOSPITAL DE CIRURGIA PLÁSTICA

DR. EDÉLCIO
S. SHIMABUCORO
CRM 79 890
RQE 55 563

DIRETOR TÉCNICO

Da Assembléia, 480
Assis . SP

ENVIE SUAS DÚVIDAS WHATSAPP

(18) 99751-2538