

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 ginecomastia

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 informado. Esclarecer todas as suas dúvidas também ajudará muito a se sentir mais seguro e tranquilo.

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



➤ ESCOLHA UM CIRURGIÃO DE CONFIANÇA

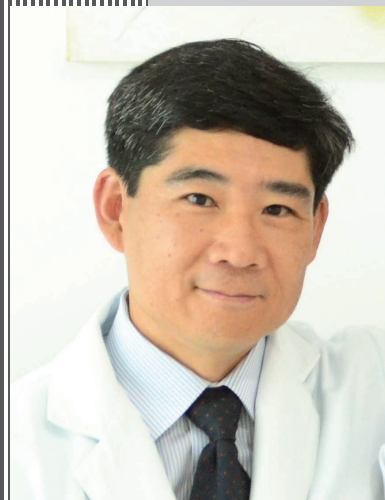
Cirurgia plástica envolve muitas escolhas a primeira e mais importante é selecionar o cirurgião em quem confiar.

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 GIOVENTÙ



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



➤ REDUÇÃO DE MAMAS P/ HOMENS

GINECOMASTIA

Também conhecida como ginecomastia, a redução de mama para os homens é a correção cirúrgica das glândulas mamárias demasiadamente desenvolvidas ou grandes.

A ginecomastia é uma condição comum em homens de qualquer idade, podendo ser resultado de alterações hormonais, condições de hereditariedade, doença ou utilização de certas medicações. A ginecomastia pode causar desconforto emocional e prejudicar a autoconfiança. Alguns homens passam a evitar determinadas atividades físicas e intimidade simplesmente para esconder sua condição.



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).

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 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 consequente aumento do risco de uma infecção no local 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

Na ida para casa vá sentado normalmente no banco passageiro do carro inclusive com o cinto de segurança afivelado.

Em casa evite pegar peso nem faça esforço físico. Não levante excessivamente os braços nem faça movimentos muito bruscos com os braços nas próximas 4 semanas.

Atividade física: Evite práticas esportivas, academia ou atividades que exijam pegar peso ou fazer grande esforço físico por um mês. Após esse período pode retomar normalmente todas as suas atividades.

Alimentação: Dê preferência aos alimentos ricos em fibras e que auxiliem no funcionamento do seu intestino. É comum o intestino ficar mais “preguiçoso” (obstipado) na primeira semana após a cirurgia. Evite frituras ou comidas muito gordurosas. Mantenha o seu peso corporal. Vale lembrar que ganhe muito peso poderá ocorrer depósito de gordura na região peitoral provocando uma falsa ginecomastia. Evite nas primeiras duas semanas o consumo de camarão, carne de porco, soja (e derivados) e alimentos muito condimentados /apimentados e ou muito salgados. Inclua sempre as frutas (exceto o abacate), peixes e castanhas/nozes. Hidrate-se bem, tomando muito líquido (no

mínimo 2 litros de água por dia). Quando a urina sai bem clara é um bom sinal!

Na primeira semana 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.

Não molhe as áreas operadas antes de trocarmos o primeiro curativo. O primeiro banho deve ser morno e com um banco sempre por perto. Caso sinta tontura, mal estar ou enjôo, sente no banco e abaixe a cabeça entre os joelhos.

Malha compressiva (colete). Deverá ser utilizado em tempo integral (só retire para tomar banho) nas primeiras duas semanas.

A região da cirurgia poderá ficar edemaciada (inchada) e roxa (hematomas) nas primeiras semanas. Normalmente ocorre de forma irregular e assimétrica. Por isso não fique preocupado se notar que um local está mais inchado ou mais dolorido que o outro. Isso é transitório e vai melhorando após algumas semanas.

Essa cirurgia não requer repouso de cama. Não há problemas em caminhar ou subir ou descer uma escada.

Uma vez sem curativo, as cicatrizes devem ser lavadas com água e espuma do sabonete (glicerinado neutro).

Quando for necessário o uso de alguma pomada recomendamos.



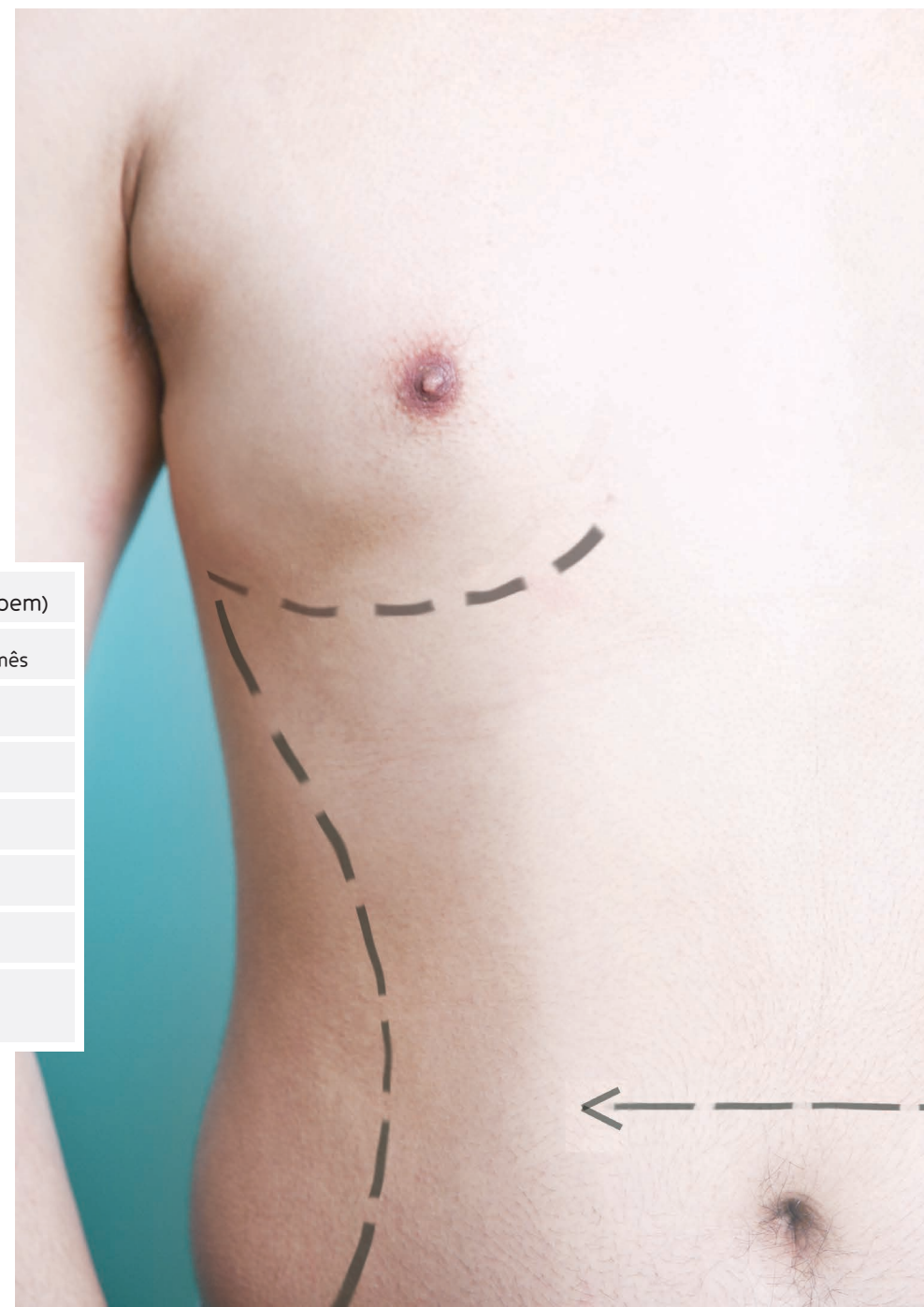
PÓS-OPERATÓRIO CONTINUAÇÃO...

As cicatrizes devem estar sempre secas, curativos molhados não são bons.

As liberações quanto às atividades e exercícios físicos são feitas de acordo com a recuperação de cada paciente, nas consultas de pós-operatório.

A retirada de pontos não dói e não sangra.

Andar	liberado (desde que esteja se sentindo bem)
Erguer os braços	no máximo até altura do ombro por 1 mês
Pegar peso/musculação	após 1 mês
Dirigir automóvel	após 7 dias
Fumar	após 15 dias
Tomar sol	após 2 meses c/ filtro solar FPS 60
Piscina/praias	após 2 meses c/ filtro solar FPS 60
Banho de Chuveiro (proibido banheira)	após troca do primeiro curativo



SAIBA TUDO SOBRE GINECOMASTIA

A GINECOMASTIA É CARACTERIZADA POR

- Excesso de gordura localizada,
- Excesso de desenvolvimento do tecido glandular,
- Uma combinação de ambos: excesso de tecido adiposo e glandular.

A ginecomastia pode ocorrer unilateral ou bilateralmente.

É INDICADO PRA MIM?

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

ESTE PROCEDIMENTO SERÁ UMA BOA OPÇÃO PARA VOCÊ SE:

- Você estiver fisicamente saudável e com peso relativamente normal,
- Você tem expectativas realistas,
- O desenvolvimento da mama se estabilizou,
- Você se sente incomodado com a sensação de que suas mamas são muito grandes.

Os adolescentes podem se beneficiar da cirurgia, embora procedimentos secundários possam ser necessários, futuramente, devido à continuidade do desenvolvimento da mama.

A CORREÇÃO CIRÚRGICA DA GINECOMASTIA É MELHOR EXECUTADA EM

- Homens cuja condição não pode ser corrigida através de tratamentos médicos alternativos,
- Indivíduos saudáveis que não tenham doença com risco de vida ou condições médicas que possam prejudicar a cicatrização,
- Não fumantes e não usuários de drogas,
- Homens com visão positiva e metas específicas para melhorar os sintomas físicos da ginecomastia.

O QUE SABER ANTES DE SE SUBMETER À CIRURGIA DE GINECOMASTIA

O sucesso e a segurança do procedimento dependem muito de sua sinceridade durante a consulta. Você será questionado sobre sua saúde, desejos e estilo de vida.

ESTEJA PREPARADO PARA DISCUTIR

- A razão pela qual quer se submeter à cirurgia, suas expectativas e o resultado desejado,
- As condições médicas, alergia medicamentosa e tratamentos médicos,
- Uso atual de medicamentos, vitaminas, medicamentos naturais, álcool, fumo e drogas, incluindo esteróides,
- Cirurgias prévias.

O CIRURGIÃO TAMBÉM PODERÁ

- Avaliar o seu estado geral de saúde e todas as condições pré-existent de saúde ou fatores de risco,
- Realizar exames diagnósticos para determinar a causa subjacente da ginecomastia, que podem incluir testes de sua função endócrina,



- Examinar suas mamas e tirar medidas detalhadas de seu tamanho e forma, verificar a qualidade da pele, a posição dos mamilos e as aréolas,
- Tirar fotos para seu prontuário médico,
- Discutir suas opções e recomendar o tratamento mais adequado,
- Discutir os prováveis resultados de correção de ginecomastia e quaisquer riscos ou complicações potenciais,
- Discutir o tipo de anestesia a ser utilizada durante o procedimento.

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, antiinflamatórios e medicamentos naturais, pois podem aumentar o sangramento.

INSTRUÇÕES ESPECIAIS

- O que fazer no dia da cirurgia (tempo de jejum, medicações, banho),
- Cuidados pós-operatórios.

O procedimento será realizado em local seguro e confortável para o médico e o paciente, em centro cirúrgico autorizado pela Vigilância Sanitária, com equipamentos e equipe treinada para qualquer intercorrência.

VOCÊ PRECISARÁ DE AJUDA

Não deixe de pedir a alguém que o acompanhe e fique com você, pelo menos, a primeira noite, após a cirurgia.

RISCOS E INFORMAÇÕES DE SEGURANÇA

A decisão de se submeter à cirurgia de ginecomastia é pessoal e é você quem deve decidir se os benefícios atingirão seus objetivos e se os riscos e potenciais complicações são aceitáveis. Seu 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.

AO RECEBER ALTA

Se você sentir falta de ar, dores no peito ou batimentos cardíacos anormais, procure atendimento médico imediatamente. Se algumas destas complicações ocorrem, você pode precisar de internação e de tratamento adicional. A prática da medicina e da cirurgia não é uma ciência exata. Apesar de bons resultados serem esperados, não há garantia. Em algumas situações, pode não ser possível atingir os melhores resultados com um único procedimento cirúrgico, sendo necessária uma nova cirurgia.

SEJA CUIDADOSO

Seguir as recomendações de seu médico é fundamental para o sucesso da cirurgia. É importante que as incisões cirúrgicas não sejam submetidas à força excessiva, à escoriação, ou ao movimento durante o tempo de cicatrização



PROCEDIMENTO CIRÚRGICO

O que acontece durante a cirurgia de correção de ginecomastia?

A cirurgia plástica para corrigir a ginecomastia é tecnicamente chamada de mamoplastia redutora, reduz o tamanho da mama e melhora o contorno do tórax.

Em casos graves de ginecomastia, o tecido mamário em excesso pode fazer com que as mamas fiquem flácidas e a aréola alargada (pele escura ao redor do mamilo). Nestes casos, a posição e o tamanho da aréola podem ser cirurgicamente melhorados e a pele em excesso retirada.

ANESTESIA

Medicamentos são administrados para seu conforto durante o procedimento cirúrgico. As opções incluem sedação intravenosa e anestesia geral. Seu médico irá recomendar a melhor opção para você.

LIPOASPIRAÇÃO

Nos casos em que a ginecomastia é, principalmente, o resultado de excesso de tecido adiposo, somente técnicas de lipoaspiração podem ser utilizadas. Tal situação requer a inserção de uma cânula, um tubo oco fino, através de uma pequena incisão. A cânula é movida para trás e para frente num movimento controlado para soltar o excesso de gordura, a qual é, então, removida do corpo por meio de sucção a vácuo.

Há várias técnicas de lipoaspiração que podem ser utilizadas, a mais adequada para o seu caso será definida por seu cirurgião.

EXCISÃO

Técnicas de excisão são recomendadas onde o tecido glandular mamário ou excesso de pele devem ser removidos para corrigir a ginecomastia. A excisão também é necessária se a aréola precisar ser reduzida, ou o mamilo reposicionado para se obter um contorno natural. Padrões de incisão variam dependendo das particularidades anatômicas do paciente e da preferência do cirurgião. Algumas vezes, a ginecomastia é tratada com lipoaspiração e excisão.

HAVERÁ CICATRIZES?

Qualquer tratamento cirúrgico para ginecomastia exige incisões. Enquanto a maioria das linhas de incisão é escondida dentro de contornos naturais, algumas podem ser visíveis.

RECUPERAÇÃO PÓS-OPERATÓRIA

Após a cirurgia, um curativo cobrirá suas incisões e bandagem elástica ou malha podem ser usadas para diminuir o inchaço e dar sustentação à mama operada.

Um dreno pode ser temporariamente colocado sob a pele para drenar qualquer excesso de sangue e de fluido que possam acumular.

VOCÊ RECEBERÁ INSTRUÇÕES ESPECIAIS, INCLUINDO

Como cuidar da mama após a cirurgia, os medicamentos para tomar por via oral para ajudar a reduzir o risco de infecção, preocupações específicas a procurar no local da cirurgia ou em sua saúde geral, e quando será a consulta de retorno com seu cirurgião plástico.



RECUPERAÇÃO PÓS-OPERATÓRIA

Muitos pacientes têm dúvida sobre aumento de mama e o período de recuperação.

Embora muitos fatores estejam envolvidos, o período de recuperação pós-cirúrgica geralmente é de 24 a 48 horas, seguido de um período de repouso de alguns dias. Provavelmente, você irá sentir dor e inchaço por algumas semanas. Exercício físico e atividades normais serão liberados seguindo orientação de seu cirurgião plástico.

VOCÊ RECEBERÁ INSTRUÇÕES ESPECÍFICAS, INCLUINDO

Como cuidar de seus seios após a cirurgia de aumento de mama, medicamentos para tomar por via oral para reduzir o risco de infecção e quando retornar para acompanhamento com o cirurgião plástico.

PERGUNTAS SOBRE O QUE ESPERAR DO PERÍODO DE RECUPERAÇÃO

- Onde vou permanecer em recuperação após o término da cirurgia?
- Qual medicação vai me ser dada ou prescrita após a cirurgia?
- Haverá curativos após a cirurgia? Quando serão removidos?
- Os pontos serão removidos? Quando?
- Quando poderei retomar as atividades normais e exercício físico?
- Quando será a consulta de retorno?

AO RECEBER ALTA

Se você sentir falta de ar, dores no peito ou batimentos cardíacos anormais, procure atendimento médico imediatamente. Se algumas destas complicações ocorrerem, você pode precisar de internação e de tratamento adicional. A prática da medicina e da cirurgia não é uma ciência exata. Apesar de serem esperados bons resultados, não há garantia. Em algumas situações, pode não ser possível atingir os melhores resultados com um único procedimento cirúrgico, sendo necessária uma nova cirurgia.

SEJA CUIDADOSO

Seguir as recomendações de seu médico é fundamental para o sucesso da cirurgia. É importante que as incisões cirúrgicas não sejam submetidas à força excessiva, à escoriação, ou ao movimento durante o tempo de cicatrização.

RESULTADOS

É importante saber que os resultados da cirurgia de implante de mama não são permanentes e os mesmos podem exigir substituição ao longo da vida. Você deve fazer acompanhamento com seu cirurgião plástico para discutir mudanças em seus seios. Com o tempo, seus seios podem mudar devido ao envelhecimento, às oscilações de peso, a fatores hormonais e à gravidade. Se, depois de alguns anos, você se tornar insatisfeita com a aparência de seus seios, você pode optar por se submeter a um procedimento de lifting de mama ou troca.



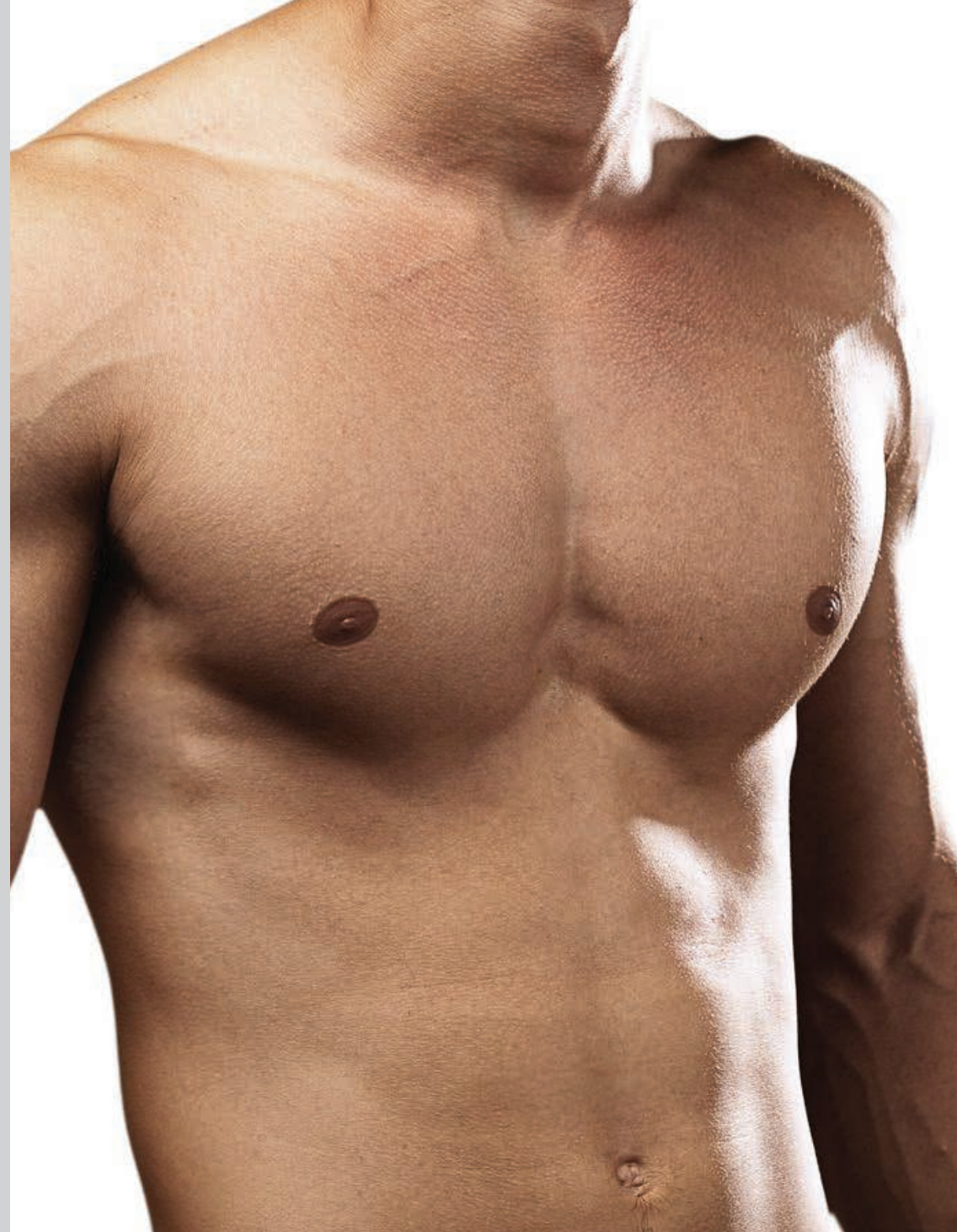
PERGUNTAS SOBRE O QUE ESPERAR DO PERÍODO DE RECUPERAÇÃO

- Onde vou permanecer em recuperação após o final da cirurgia?
- Qual medicação vai me ser dada ou prescrita após a cirurgia?
- Terei curativos após a cirurgia? Quando serão removidos?
- Os pontos serão removidos? Quando?
- Quando é que posso retomar as atividades normais e exercícios físicos?
- Quando será a consulta de retorno?

É muito importante seguir as recomendações do seu cirurgião plástico e comparecer aos retornos de acompanhamento, como previsto. Em muitos casos, os resultados finais da redução da mama em homens são permanentes. No entanto, se a ginecomastia for resultante da utilização de medicamentos, drogas, incluindo esteróides, ou aumento de peso, a retirada das drogas desencadeantes e a manutenção de peso estável poderão ajudar a manter os resultados. Converse com o seu médico antes de iniciar novos medicamentos. Todas as cicatrizes são permanentes, mas, podem ser escondidas nos contornos naturais da mama.

GLOSSÁRIO

- Aréola: Pele pigmentada ao redor do mamilo.
- Ginecomastia bilateral: Condição de mamas desenvolvidas ou grandes nos homens que afetam ambas as mamas.
- Sistema endócrino: Um grupo de glândulas que produzem hormônios que ajudam a controlar as atividades em seu corpo tais como reprodução, metabolismo, crescimento e desenvolvimento. Exames do seu sistema endócrino podem ser feitos para procurar sinais de diabetes, distúrbios da tireóide, deficiência de hormônio de crescimento, osteoporose, hipertensão e obesidade.
- Excisão: Remoção da pele.



➤ 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.

GERAL

É aplicada diretamente na veia ou por via pulmonar mantendo o paciente profundamente adormecido.



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

(18) 99751-2538