

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 lifting de coxa

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

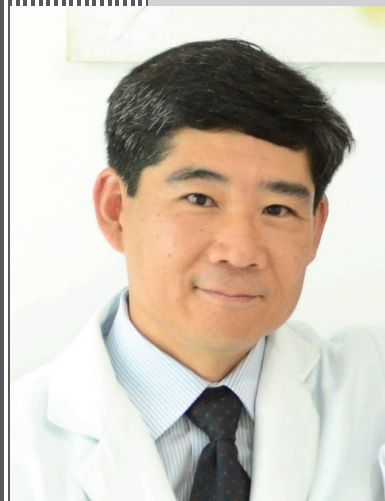
Cirurgia plástica envolve muitas escolhas a primeira e mais importante é selecionar o cirurgião em quem confiar.

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



➤ LIFTING DE COXAS

LIFTING CRURAL

O lifting de coxa remodela as coxas, reduzindo o excesso de pele e, em alguns casos, a gordura, resultando em uma pele mais lisa e contornos mais proporcionais das coxas e dos membros inferiores.

Se o exercício físico e a perda de peso não foram suficientes para que você alcançasse seus objetivos de ter um corpo mais firme, mais jovem e mais proporcional à sua imagem corporal, o lifting de coxa pode ser uma boa opção para você.



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

anestesta 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 consequente 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

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

Retorno às atividades: Em casa evite por duas semanas pegar peso ou fazer atividades que exijam esforço físico. As liberações quanto às atividades e exercícios físicos são feitas de acordo com a recuperação de cada paciente, nas consultas de pós-operatório.

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 frituras ou comidas muito gordurosas. 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). Hidrate-se bastante, tomando muito líquido (no mínimo 2 litros de água por dia). Quando a urina sai bem clara é um bom sinal!

Peso corporal: Mantenha o seu peso corporal. Vale lembrar que em caso de grande emagrecimento as coxas perderão gordura e ocorrerá nova flacidez e caso engorde as coxas irão adquirir gordura podendo voltar a apresentar saliências ou alterações do contorno.

Na primeira semana poderá ocorrer hipotensão (pressão baixa) ocasionando tontura, náuseas (enjôos) e mal estar. 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.

Posição para dormir. Não há restrições, é permitido dormir de lado.

Não se impressione com o aspecto inicial de suas coxas. É normal devido ao inchaço (edema) estarem endurecidas e um pouco maiores do que realmente ficarão. Também é comum uma coxa inchar mais que a outra acentuando assimetrias e provocando mais dor de um lado em relação ao outro. Suas coxas passarão por mudanças de forma, textura (maciez) e simetria nos próximos meses. Tenha calma e vá observando.

Movimente os pés e as pernas mesmo se estiver deitado(a). É importante fazer pequenas caminhadas dentro de casa, pois isso ajuda a prevenir a ocorrência de trombose venosa / embolia.



PÓS-OPERATÓRIO CONTINUAÇÃO...

Cuidados no local da cirurgia: 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. As cicatrizes devem estar sempre secas, curativos molhados não são bons.

Retirada dos pontos: é feita entre duas e três semanas após a cirurgia. A retirada de pontos não dói e não sangra.

Andar	liberado (desde que esteja se sentindo bem)
Dirigir	15 dias
Fumar	15 dias
Tomar sol	2 meses
Piscina/praias	2 meses
Sexo	2 meses
Banho de Chuveiro (proibido banheira)	após troca do primeiro curativo



SAIBA TUDO SOBRE LIFTING DE COXAS

É INDICADO PRA MIM?

De modo geral, candidatos ao lifting de coxa são:

- Indivíduos cujo peso é relativamente estável,
- Indivíduos com flacidez ao longo da região interna ou medial da coxa e/ou coxa exterior,
- Indivíduos saudáveis sem patologia que possa prejudicar a cicatrização ou aumentar o risco da cirurgia,
- Não fumantes,
- Indivíduos com atitude positiva e expectativa realista do resultado cirúrgico,
- Indivíduos empenhados em levar uma vida saudável, incluindo alimentação adequada e boa forma.

O QUE NÃO ACONTECERÁ

O lifting de coxa não tem o propósito exclusivo de remoção do excesso de gordura. A lipoaspiração remove o excesso de depósitos de gordura, onde a pele tem boa elasticidade e é capaz de, naturalmente, estar em conformidade com o novo contorno do corpo. Nos casos em que a elasticidade da pele é precária, uma combinação de técnicas de lipoaspiração e de lifting de coxa pode ser recomendada.

O QUE SABER ANTES DE SE SUBMETER À CIRURGIA DE LIFTING DE COXA

O sucesso e a segurança do procedimento cirúrgico 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 fazer a cirurgia, suas expectativas e o resultado desejado,
- As opções disponíveis na cirurgia de lifting de coxa,
- As condições médicas, alergia medicamentosa e tratamento médico,
- Uso atual de medicamento, vitamina, medicamentos naturais, fumo, álcool e drogas,
- Cirurgias prévias.

O CIRURGIÃO TAMBÉM PODERÁ

- Avaliar o seu estado geral de saúde e todas as condições pré-existentes de saúde ou fatores de risco,
- Examinar e medir o seu corpo, incluindo medições detalhadas,
- Fotografar para prontuário médico,
- Discutir as opções e recomendar a mais adequada,
- Discutir possíveis 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 com bastante antecedência à 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, medicamentos, banho),
- Informações sobre o tipo de anestesia a ser realizada durante o procedimento cirúrgico,
- Orientações sobre os 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 que fique com você, pelo menos, a primeira noite, após a cirurgia.

FAÇA PERGUNTAS

É importante que você tire todas as suas dúvidas diretamente com o cirurgião plástico. É natural que sinta um pouco de ansiedade, que tenha expectativa com o resultado ou estresse pré-operatório. Discuta esses sentimentos com seu cirurgião plástico.

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 do 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.

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 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 da ferida operatória e dos drenos, medicamentos para tomar por via oral para ajudar a reduzir o potencial de infecção, cuidados específicos com o local da cirurgia, com o seu estado de saúde, e acompanhamento pós-operatório com seu cirurgião plástico.

RESULTADOS

Os resultados da cirurgia de lifting de coxa são visíveis quase imediatamente. No entanto, pode levar vários meses para os resultados finais do procedimento aparecerem completamente. As cicatrizes permanecerão, mas os resultados podem ser duradouros se você mantiver peso estável e boa forma, e dependem, também, do seu tipo de pele e de características hereditárias. Como o corpo envelhece, é natural perder certa firmeza com o passar do tempo.



PROCEDIMENTO CIRÚRGICO

O que acontece durante a cirurgia de lifting de coxa?

ETAPA 1 – 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.

ETAPA 2 – INCISÃO

Padrões de incisão variam de acordo com a área ou áreas a serem tratadas, grau de correção e preferência do paciente e do cirurgião. Uma técnica comum usada em cirurgia de lifting de coxa faz as incisões na virilha, estendendo-se para baixo em torno da parte posterior da coxa. A matriz de tecido conjuntivo subjacente será remodelada e esticada, e a pele será reduzida e acomodada, resultando em contornos do corpo mais proporcionais e suaves. Talvez seu caso possa ser realizado com uma incisão mínima na parte medial da coxa, o que envolve uma incisão somente na região da virilha. O seu cirurgião irá determinar o que é apropriado a você.

LIFTING DE COXA MEDIAL

Melhorar os contornos da parte externa da coxa pode requerer uma incisão que se estende desde a virilha, em torno do quadril. Através destas incisões, o cirurgião plástico vai firmar os tecidos para que se tenha contorno corporal mais suave e tonificado. Técnicas avançadas geralmente permitem que as incisões sejam feitas em locais estratégicos, onde possam ser escondidas pela maioria dos tipos de roupa e roupa de banho. No entanto, as incisões podem ser extensas.

ETAPA 3 – FECHANDO AS INCISÕES

Suturas profundas de sustentação no interior dos tecidos subjacentes ajudam a formar os contornos recém modelados. As suturas fecham as incisões na pele.

ETAPA 4 – RESULTADOS

Contornos mais suaves e tonificados resultantes do lifting de coxa são visíveis quase que imediatamente, apesar de inicialmente obscurecidos pelo inchaço e por hematomas. Talvez, seja necessário usar uma malha de compressão por várias semanas após o procedimento para minimizar o inchaço e sustentar os tecidos à medida que cicatrizam. Com o lifting de coxa, a qualidade da pele melhora drasticamente na aparência.



➤ 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. Utilizamos nas seguintes cirurgias: prótese de mama, otoplastia (orelha em abano), blefaroplastia (pálpebras), rinoplastia (nariz), lifting ou ritidoplastia, correção de cicatrizes, lipoaspirações de pequenos volumes.

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

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



**DRA. CRISTIANE VARGAS
B. SHIMABUCORO**
CRM 79 885
RQE 37437

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 PELO WHATSAPP

(18) 99751-2538