

INFORMAÇÕES PRÉ-OPERATÓRIAS SOBRE MAMOPLASTIA DE AUMENTO (Prótese de mama)

(Aprovadas pela Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica)

Você estará prestando uma inestimável colaboração a “você mesma” lendo com atenção as observações que faremos às inevitáveis perguntas que todas as candidatas à cirurgia de aumento das mamas costumam fazer ao seu cirurgião plástico.

A CIRURGIA DE AUMENTO DAS MAMAS DEIXA CICATRIZES? Felizmente, esta cirurgia permite-nos colocas as cicatrizes bastante disfarçadas, o que é muito conveniente nos primeiros meses. Para melhor esclarecê-la sobre a evolução cicatricial, vamos relatar os diversos períodos pelos quais as cicatrizes infalivelmente passarão:

1. **PERÍODO IMEDIATO:** Vai até o 30º dia e apresenta-se com aspecto pouco visível. Alguns casos apresentam uma discreta reação aos pontos ou ao curativo.
2. **PERÍODO MEDIATO:** Vai do 30º dia até o 12º mês. Neste período há o espessamento natural da cicatriz, bem como se inicia uma mudança de cor, da mesma, passando para mais escuro (do vermelho para o marrom) que vai, aos poucos, clareando. Este período, o menos favorável da evolução cicatricial, é o que mais preocupa as pacientes. Como não podemos apressar o processo natural da cicatrização, recomendamos às pacientes que não se preocupem, pois, o período tardio se encarregará de diminuir os vestígios cicatriciais.
3. **PERÍODO TARDIO:** Vai do 12º ao 18º mês. Neste período, a cicatriz começa a tornar-se mais clara e menos consistente, atingindo, assim, o seu aspecto definitivo. Qualquer avaliação do resultado definitivo da cirurgia, no tocante à cicatriz, deverá ser feita após este período.

P: ONDE SE LOCALIZAM AS CICATRIZES? R: Alguns cirurgiões as situam no pólo inferior da mama e no sulco formado entre a mama e o tórax. Outros, na área da aréola, e até mesmo na axila. Com o decorrer do tempo (vide item anterior), as cicatrizes vão ficando menos visíveis.

P: OUVI DIZER QUE ALGUMAS PACIENTES FICAM COM CICATRIZES MUITO VISÍVEIS. R: Certas pacientes apresentam tendência à cicatrização hipertrófica ou ao quelóide. Essa tendência, entretanto, poderá ser avaliada, até certo ponto, durante a consulta inicial, quando lhe são feitas uma série de perguntas sobre sua vida clínica pregressa, bem como a análise das características familiares, que muito nos ajudam quanto ao prognóstico das cicatrizes. Geralmente, pessoas de pele clara não tendem a esta complicação cicatricial; pessoas de pele morena têm maior predisposição ao quelóide ou à cicatriz hipertrófica. Isto, entretanto, não é uma regra absoluta. As análises dos antecedentes, como já o disseram, nos facilitará o prognóstico cicatricial, assim como a análise de eventuais cicatrizes prévias.

P: EXISTE CORREÇÃO PARA AS CICATRIZES HIPERTRÓFICAS E QUELÓIDES? R: Vários recursos clínicos e cirúrgicos nos permitem melhorar cicatrizes inestéticas, na época adequada. Não se deve confundir, entretanto, com a evolução natural do período mediato da cicatrização. Qualquer dúvida a respeito da sua evolução cicatricial deverá ser esclarecida com o seu cirurgião, que fará a avaliação do estado em que se encontra a cicatriz.

P: COMO FICARÃO MINHAS NOVAS MAMAS, EM RELAÇÃO AO TAMANHO E CONSISTÊNCIA? R: As mamas terão seu volume aumentado através da cirurgia, melhorando sua consistência e forma com a intervenção cirúrgica. Assim é que, neste caso, pode-se escolher o novo volume, pois se dispõe de vários tamanhos de próteses de silicone a serem introduzidas. Deverá existir uma harmonia entre o volume das mamas e o tamanho do tórax, característica esta que deve ser preservada no planejamento da cirurgia. Deverão ser mantidas as proporções entre o volume da nova mama e o tamanho do tórax de cada paciente, a fim de se obter uma maior harmonia estética. A mama, assim operada, passará por vários períodos evolutivos:

1. **PERÍODO IMEDIATO:** Vai até o 30º dia. Neste Período, apesar das mamas se apresentarem com aspecto bastante melhorado, sua forma e volume ainda está aquém do resultado planejado. Lembre-se desta observação: //NENHUMA MAMA SERÁ "PERFEITA" NO PÓS-OPERATÓRIO IMEDIATO//.
2. **PERÍODO MEDIATO:** Vai do 30º dia até o 3º mês - Neste período, a mama começa a apresentar uma evolução que tende à forma definitiva. É características deste período um maior ou menor grau de "inchaço" das mamas; além disso, o aspecto cicatricial encontra-se em plena fase de transição (ver item 1º). Apesar da euforia da maioria das pacientes, já neste período, costumamos dizer às mesmas que seu resultado ficará melhor ainda, pois, isto será a característica do período tardio.
3. **PERÍODO TARDIO:** Vai do 3º até o 18º mês. É o período em que a mama atinge seu aspecto definitivo (cicatriz, forma, consistência, volume, sensibilidade, etc.) É neste período que costumamos fotografar os casos operados, a fim de compará-los com o aspecto pré-operatório de cada paciente. Tem grande importância no resultado final, o grau de elasticidade da pele das mamas, bem como o volume da prótese introduzida. O equilíbrio entre ambos varia de caso para caso. Vai do 3º até o 18º mês. É o período em que a mama atinge seu aspecto definitivo (cicatriz, forma, consistência, volume, sensibilidade, etc.) É neste período que costumamos fotografar os casos operados, a fim de compará-los com o aspecto pré-operatório de cada paciente. Tem grande importância no resultado final, o grau de elasticidade da pele das mamas, bem como o volume da prótese introduzida. O equilíbrio entre ambos varia de caso para caso.

P: EM QUANTO TEMPO ATINGIREI O RESULTADO DEFINITIVO? R: Apesar de o resultado imediato ser muito bom, somente na fase

mencionada como "período tardio" (vide item anterior) é que as mamas atingirão sua forma definitiva.

P: QUAL O TIPO DE MAIÔ DE BANHO QUE PODEREI USAR, APÓS A CIRURGIA? R: No período imediato, mediato ou tardio, qualquer tipo de maiô, de 1 ou 2 peças, desde que a peça superior não fique muito justa. É claro que, após o amadurecimento das cicatrizes, os maiôs poderão ser mais "generosos" ao seu critério.

P: NO CASO DE NOVA GRAVIDEZ, O RESULTADO PERMANECERÁ OU FICARÁ PREJUDICADO R: O seu ginecologista lhe dirá da conveniência ou não de nova gravidez. Quanto ao resultado, poderá ser preservado, desde que aquele especialista controle seu aumento de peso na nova gestação. Geralmente não há problema de a nova gravidez interferir no resultado, já que a cirurgia é realizada habitualmente "fora do tecido mamário".

P: O PÓS-OPERATÓRIO DESTA CIRÚRGICA É DOLOROSO? R: Geralmente NÃO. Este pós-operatório é bastante confortável, desde que você obedeça às instruções médicas, principalmente no que tange à movimentação dos braços, nos primeiros dias. Eventualmente poderá ocorrer manifestação dolorosa, que facilmente cederá com os analgésicos receitados pelo seu médico. Evite a automedicação.

P: HÁ PERIGO NESTA OPERAÇÃO? R: Raramente a cirurgia plástica de aumento mamário determina sérias complicações. Isto se deve ao fato de se preparar convenientemente cada paciente, além de ponderarmos sobre a conveniência ou não da utilização das próteses de silicone, assim como sobre suas eventuais complicações.

P: QUAL O TIPO DA ANESTESIA UTILIZADA? R: Anestesia geral; peri-dural ou local; dependendo do caso.

P: QUANTO TEMPO DURA O ATO CIRÚRGICO? R: Em média de 90 minutos até 120 minutos se necessário for. Entretanto, o tempo de ato cirúrgico não deve ser confundido com o tempo de permanência do paciente no ambiente de Centro Cirúrgico, pois, esta permanência envolve também o período de preparação anestésica e recuperação pós-operatória. Seu médico poderá lhe informar quanto ao tempo total.

P: QUAL O PERÍODO DE INTERNAÇÃO? R: De meio dia a 24 horas.

P: SÃO UTILIZADOS CURATIVOS? R: Sim. Curativos elásticos e modelantes, especialmente adaptados a cada tipo de mama.

P: QUANDO SÃO RETIRADOS OS PONTOS? R: Geralmente são utilizados pontos que são retirados até o 7º pós-operatório.

P: QUANDO PODEREI TOMAR BANHO COMPLETO? R: Tudo irá depender da evolução da sua cirurgia, assim como o tipo de curativos, observando-se apenas os cuidados especiais que serão ensinados pelo seu médico.

P: QUAL A EVOLUÇÃO PÓS-OPERATÓRIA? R: Você não deve se esquecer de que, até que se atinja o resultado almejado, as mamas passarão por diversas fases (vide itens 1 e 5). Se lhe ocorrer à preocupação no sentido de "desejar atingir o resultado definitivo antes do previsto", não faça disto motivo de sofrimento: tenha a devida paciência, pois seu organismo se encarregará espontaneamente de dissipar todos os transtornos imediatos que, infalivelmente chamarão a atenção de alguma pessoa que não se furtará à observação: // SERÁ QUE ISTO VAI DESAPARECER MESMO?// É evidente que toda e qualquer preocupação de sua parte deverá ser transmitida ao seu médico, que lhe dará os esclarecimentos necessários para sua tranquilidade.

P: QUANDO PODEREI RETORNAR AOS MEUS EXERCÍCIOS? R: Depende do tipo de exercícios. Aqueles relativos aos membros inferiores poderão ser reiniciados entre 10 a 15 dias, evitando o "alto impacto". Os exercícios que envolvam o tórax, geralmente devem aguardar além de 30 a 45 dias. .

P: QUE VEM A SER O ENDURECIMENTO DAS MAMAS (RETRAÇÃO DA CÁPSULA)? R: É uma retração exagerada da cápsula fibrosa normal (que se forma em torno da prótese), que determina certo grau de endurecimento à região, quando palpada. Alguns casos estão sujeitos a tal retração; entretanto, se isto ocorrer, as próteses poderão e deverão ser retiradas, através das mesmas cicatrizes. Em caso de utilização de próteses infláveis, poderá ocorrer, em poucos casos, certo esvaziamento, o que determinará na reavaliação do caso. Pelo fato das próteses infláveis desenvolverem apenas uma tênue cápsula fibrosa que raramente levam ao endurecimento da mama, em alguns casos pode-se sentir a presença da prótese, palpando-se levemente as mamas. Em caso de esvaziamento, esta palpação poderá ser mais acentuada. Posteriormente, ambos, cirurgião e paciente, poderão ponderar sobre a conveniência ou não da reintrodução de outras próteses um diferente plano de introdução ou outra conduta que melhor se adapte ao caso. A retração da cápsula ou o esvaziamento da prótese, nunca refletem imperícia do cirurgião, mas sim, um comportamento reacional atípico do organismo das pacientes, devido à presença das próteses de silicone. Não cabe ao cirurgião qualquer responsabilidade em gastos futuros com reintervenções que porventura sejam necessárias, decorrentes de retrações capsulares, endurecimento das mamas, ruturas tardias das próteses ou seu eventual esvaziamento. Presentemente o número de retrações de cápsula diminuiu bastante, devido ao advento de inovações técnicas introduzidas na cirurgia plástica.

RECOMENDAÇÕES SOBRE A CIRURGIA DE AUMENTO DAS MAMAS

PRÉ-OPERATÓRIAS

1. Comunicar-se conosco até a véspera da operação, em caso de gripe, indisposição ou antecipação do período menstrual.
2. Internar-se no hospital ou clínica indicada na Guia de Internação, obedecendo ao horário estabelecido. **Jejum** de 12 h.
3. Evitar bebidas alcoólicas ou refeições muito pesadas na véspera da cirurgia.
4. Evitar todo e qualquer medicamento para emagrecer, que eventualmente esteja utilizando, por um período de 14 dias antes do ato cirúrgico. Isto inclui também certos diuréticos.

5. Programe suas atividades sociais, domésticas, profissionais ou escolares, de modo a não se tornar indispensável a terceiros, por um período de aproximadamente 15 dias.
6. Não fazer maquiagem no dia da cirurgia nem pintar as unhas.

PROIBIDO 7 DIAS ANTES DA CIRURGIA DERIVADOS DO AAS (ASPIRINA, MELHORAL) em caso de febre ou dor , usar paracetamol (TYLENOL®)

PÓS- OPERATÓRIAS

1. Repouso relativo, você deverá andar dentro do seu domicílio para evitar trombose nas pernas!
2. Não movimentar os braços em excesso. Obedeça às instruções que lhe serão dadas por ocasião da alta hospitalar, relativas à movimentação dos membros superiores.
3. Não retirar nem molhar o sutiã cirúrgico ou curativo. Caso esteja utilizando dreno, higienizar as mãos antes de manipulá-lo.
4. Não se exponha ao sol ou friagem.
5. Obedecer à prescrição médica.
6. Alimentação normal (salvo casos específicos que receberão a devida orientação), a partir do segundo dia, principalmente à base de proteínas (carnes, leite, ovo) e vitaminas (frutas).
7. Voltar ao consultório para curativos subseqüentes, nos dias e horários estipulados.
8. Provavelmente você estará se sentindo tão bem, a ponto de olvidar-se que foi operada recentemente. Cuidado! Esta euforia poderá levá-la a um esforço inoportuno, o que determinará certos transtornos.
9. Não se preocupe com as formas intermediárias nas diversas fases. Tire com seu cirurgião plástico, e somente com ele, as suas eventuais dúvidas.

Esta despreziosa mensagem foi elaborada com intuito de informá-lo (a) a respeito da **MAMOPLASTIA DE AUMENTO**. Texto parcialmente modificado do site da SOCIEDADE BRASILEIRA DE CIRURGIA PLÁSTICA. www.cirurgiaplastica.org.br