



## AUTOESTIMA

POR DRA. MOEMA SANTANA



*Dra. Moema Santana é Cirurgiã Plástica, graduada em Medicina pela Universidade Federal de Sergipe (UFS) e é Membro Titular Especialista da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica*

## NARIZ NOVO, JÁ!

Ter o rosto harmonioso é o sonho de 10 em cada 10 mulheres e o formato do nariz é primordial para o equilíbrio da face. Para solucionar pequenos problemas nesta região, a rinoplastia surge com o objetivo de restaurar ao máximo a estrutura nasal. Por estar uma posição de destaque no rosto, o nariz interfere - e muito! - na fisionomia e na autoestima quando está desproporcional ao conjunto facial.

Existem dois tipos de rinoplastia: a aberta e a fechada. A indicação vai depender da necessidade do paciente. Nos dois casos, a anestesia é geral e, após a cirurgia, o nariz é imobilizado com um micropore ou com um material siliconado, que deverão ser usados por cerca de 7 a 15 dias. As atividades normais podem ser retomadas cerca de 15 dias após a cirurgia e o resultado, nos dois tipos de procedimento, já pode ser percebido a partir do primeiro mês. O resultado final - e o mais esperado - a partir do sexto mês.



## BARRIGA SALIETE

Um dos motivos que impede você de entrar no jeans 38 pode ser a barriguinha maior do que deveria. A solução para este possível incomodo pode ser a miniabdominoplastia.



**O QUE É:** cirurgia indicada para retirar o acúmulo de pele, geralmente após a gestação, na região abaixo do umbigo, sem interferir na parte superior do abdômen, se não houver necessidade.

**COMO É:** após anestesia geral ou peridural é feita uma incisão na região pubiana baixa, no abdômen inferior. A única cicatriz é facilmente escondida com roupa íntima ou de banho.

**CUIDADOS PÓS-OPERATÓRIOS:** usar cinta elástica por pelo menos dois meses depois da cirurgia e fazer drenagem linfática no pós-operatório. Além disso, é preciso ficar em repouso e evitar exercícios físicos que exijam a musculatura da região por 60 dias.

**RESULTADO:** depois da cirurgia já dá pra perceber uma diminuição considerável do excesso de pele e da flacidez na região. Quatro meses depois da cirurgia já é possível perceber o resultado quase final e, finalmente, usar aquele jeans tão desejado.

## FIM DA LINHA

As estrias aparecem quando as fibras de sustentação da pele se rompem.

Seja por um aumento de peso, crescimento rápido, gravidez ou uso de medicamentos que reduzem a síntese de colágeno. Se você faz parte da ala feminina que tem essas terríveis listras espalhadas pelo corpo, levante a mão. Mas, calma, não se desespere. Algumas técnicas prometem dar adeus às estrias, quando iniciais, ou pelo menos, suavizá-las bastante ao ponto

de ficarem quase imperceptíveis.

Uma delas é o laser fracionado. Indicado para estrias brancas e vermelhas. Para este tratamento, o recomendado é no mínimo, quatro sessões, que devem ser realizadas mensalmente. A partir da terceira sessão já nota-se uma melhora do aspecto da estria em relação a coloração, profundidade e espessura. Outros tratamentos são também a carboxiterapia e a microdermoabrasão, entre outros.





CENTRO MÉDICO

OLÍMPIO SANTANA

Av. Gonçalo Prado Rollemberg, 447 - Bairro São José - Aracaju-SE (79) 3222-0815