

24

As vítimas de tráfico e burla no futebol português

Crimes têm vindo a aumentar
e no início do ano o SEF tinha em curso
40 inquéritos contra clubes

magazine

ESTRATÉGIAS
PARA MANTER
O ESPÍRITO DE
EQUIPA EM
TELETRABALHO



IMPLANTES CADA VEZ MAIS NATURAIS

As cirurgias de aumento mamário despertam um interesse crescente por parte das portuguesas. Os tamanhos exagerados deixaram de ser procurados. Há riscos e cuidados para os minimizar.

A melhoria da confiança e da aparência foram o motor do sonho de Patrícia Dias. “Não tinha peito nenhum”, conta. Praticou desporto de forma intensiva desde nova, o que teve impacto na estrutura corporal. As mamas pequenas sempre foram motivo de desagrado, apesar de não terem afetado a autoestima. Escolheu implantes de 270 centímetros cúbicos (cc), seguindo a tendência atual de procurar um resultado natural.

A vontade de conseguir uma aparência o mais natural possível levou-a a escolher Marisa Marques, cirurgiã plástica que já tinha feito uma mamoplastia de aumento a uma amiga. “Odiava aqueles resultados cirúrgicos desproporcionais”, confessa e, depois de “ver para crer”, não teve dúvidas em avançar.

Marisa Marques, professora da Faculdade de Medicina do Porto e a exercer no grupo Luz Saúde, esclarece que, atualmente, o tamanho médio ronda os 295 cc, o que equivale a uma copa C. “As pessoas têm medo do aspeto artificial”, sustenta. Apesar de variar consoante a geografia, na Europa, o tamanho padrão já foi superior. Segundo Luiz Toledo, cirurgião plástico a exercer no Hospital St. Louis, em Lisboa, “os implantes muito grandes eram populares, mas hoje há interesse em ter uma aparência natural”.

As mamoplastias de aumento registam um incremento nos últimos anos em Portugal. Os dados mais atuais revelam uma subida de quase 28% entre 2014 e 2018. Tal não significa que sejam todas por motivos estéticos e a ma-

moplastia não é o único procedimento que requer próteses mamárias. A mastopexia (elevação do peito), a reconstrução de malformações ou pós-cirurgia oncológica e a cirurgia mamária secundária (revisão de próteses anteriores) também envolvem implantes. Marisa Marques ressalva que os casos de cancro da mama e de cirurgias bariátricas (associadas a perda de peso acentuada) têm vindo a aumentar nos últimos anos, o que motiva também maior procura de reconstrução mamária ou mastopexia com próteses.

Populares, mas estigma persiste

As cirurgias para moldar o corpo (lipoaspirações, abdominoplastias, entre outras) continuam a ser os procedimentos estéticos mais frequentes, mas os implantes mamários têm vindo a ganhar protagonismo. Luiz Toledo nota que, há uns anos, as intervenções ao nariz estavam em segundo lugar, tendo sido destronadas pelas cirurgias mamárias.

As pacientes procuram os procedimentos estéticos para manter “um aspeto exterior que acompanhe o interior”, considera Marisa Marques. Luiz Toledo acredita que, “com o tempo, devemos procurar a cirurgia plástica como procuramos o dentista, para pequenos retoques”.

Patrícia Dias está satisfeita com a cirurgia, até porque não o fez para melhorar o amor-próprio – “Sempre gostei de mim e do meu corpo”, diz –, motivo que, para Marisa Marques, é fator de exclusão. “Se for alguém de baixa autoestima que procura solução na cirurgia,



não opero", sublinha a especialista, que prefere reencaminhar esses colegas para apoio psicológico.

Patricia Dias prefere não dar mais dados para além do nome. A decisão de fazer a cirurgia foi mantida em privado. "Foi debatida entre mim, o meu marido e a minha mãe, mais ninguém sabe." Isto porque ainda persiste o estigma social associado a intervenções estéticas. Queria evitar comentários, olhares indesejados. "Fala-se muito de unhas, pestanas e maquilhagem, mas, no que toca a cirurgias, as pessoas ainda não aceitam."

O que era considerado um "sonho inalcançável" foi sendo adiado até que, em novembro passado, avançou. E nem a pandemia a demoveu. Aliás, a necessidade de estar confinada até ajudou no pós-operatório.

Riscos e cuidados a ter

A recuperação é lenta e requer cuidados. Segundo Marisa Marques, "a taxa de cicatrização é de cerca de 75% ao fim de seis semanas". Não praticar exercício físico e não conduzir durante o primeiro mês são algumas das recomendações. O não cumprimento dos cuidados aconselhados leva a maior probabilidade de desenvolver complicações. É essencial "a paciente perceber que, ao colocar uma prótese mamária, está a fazer um pacto com a cirurgia plástica" e deve estar ciente dos riscos e complicações.

São importantes os exames prévios para certificar que a paciente está apta para uma cirurgia. Luiz Toledo reafirma os riscos ligados a qualquer procedimento cirúrgico: coagulação e sangramento, entre outros. Os riscos fatais são diminutos, garantem.

A contratura capsular é salientada por Marisa Marques como uma das possíveis complicações. Popularmente conhecida como rejeição da prótese, é mais frequente quando há infecção, hematoma ou doenças que alteram a cicatrização. Os riscos crescem quando são usados materiais com o gel mais fino, aumentando a probabilidade de a prótese "babar", ou seja, de haver saída microscópica de gel de silicone.



1 Mamoplastia de aumento 2 Mastopexia com prótese mamária

3 Reconstrução de mamas tuberosas (malformação congénita)

As três cirurgias foram realizadas por Marisa Marques

A cirurgiã refere, ainda, o BIA-ALCL, um linfoma associado aos implantes mamários macrotexturados, entretanto removidos do mercado. Prevaecem os implantes lisos e microtexturados (estes com probabilidade acrescida de linfoma face aos lisos).

Para minimizar os riscos, Luiz Toledo alerta para a necessidade de obter "informações junto de cirurgião certificado pelas sociedades de cirurgia plástica".

Um dos problemas apontados pelos dois cirurgiões é a escolha de clínicas não certificadas, que praticam preços mais baixos. É importante procurar especialistas em Cirurgia Plástica, Reconstrutiva e Estética – a lista consta do site da Ordem dos Médicos. Marisa Marques lembra que o preço influencia a qualidade e lamenta que haja ainda uma cultura enraizada de poupar dinheiro quando a saúde está em jogo.

Tipos de procedimentos

As próteses mamárias são utilizadas em diversos procedimentos cirúrgicos:

- mamoplastias de aumento
- mastopexias com próteses (procedimento de elevação do peito)
- reconstrução de malformações congénitas
- reconstrução depois de cirurgia oncológica
- cirurgia mamária secundária (revisão de próteses anteriores)

Escolha das próteses

A oferta de próteses no mercado é variada. Os implantes mamários variam em formato (redondo ou anatómico), em perfil (baixo, moderado ou alto) e no nível de coesividade do gel de silicone. Quanto mais coesivo for o gel, menor o risco de reações inflamatórias, mas a escolha do tipo de prótese depende da combinação de diversos fatores e do peso que se dá às variantes qualidade e preço.