



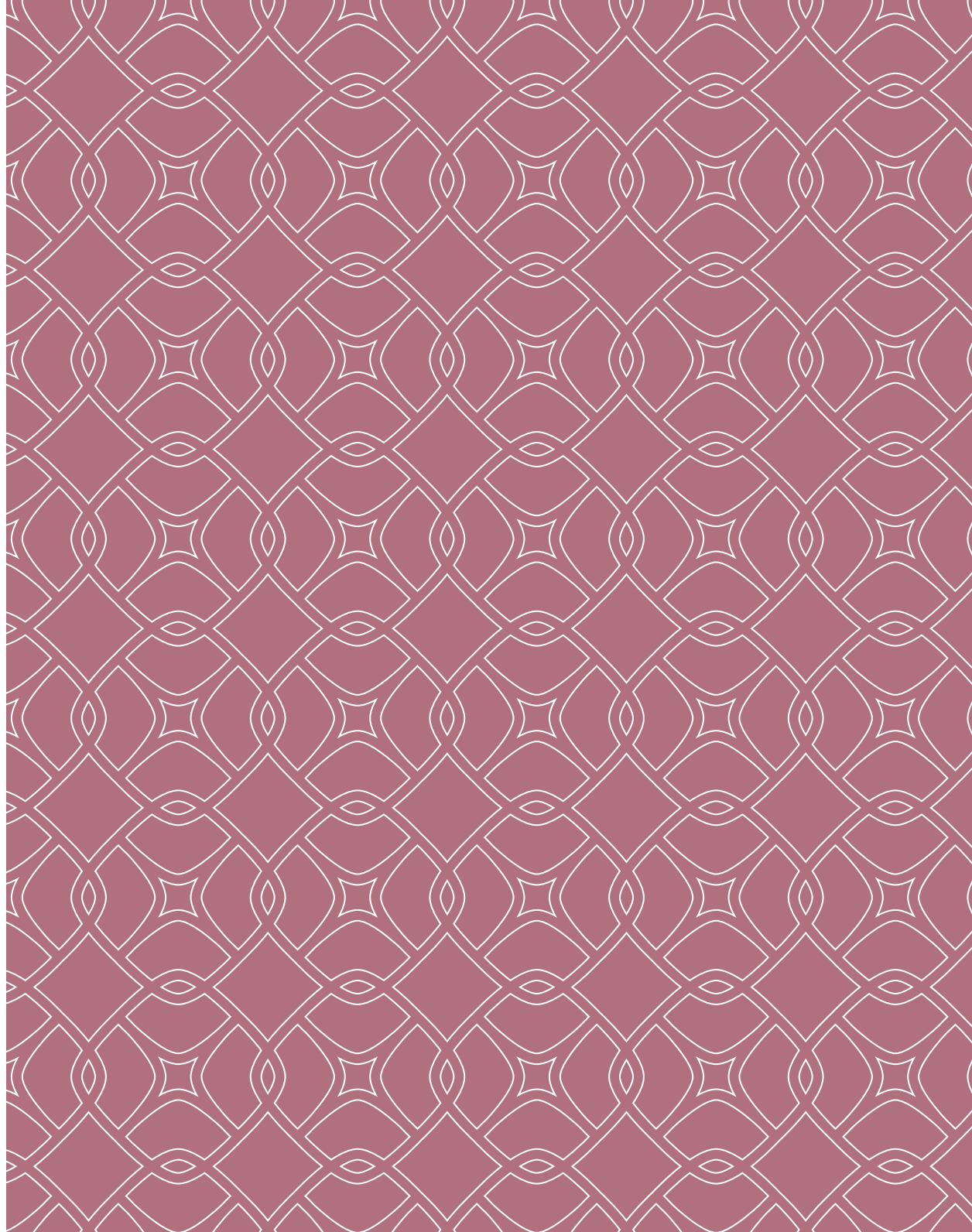
Ninfoplastia

CIRURGIA ÍNTIMA

REDUÇÃO DOS PEQUENOS
LÁBIOS VAGINAIS

DRA. MARIANA GUAZZELLI
GINECOLOGIA • OBSTETRÍCIA
CRM 150.822





Muitas mulheres sentem

*desconforto
constrangimento*

com a sua região íntima,
pelo excesso de pele (hipertrofia)
dos pequenos lábios.

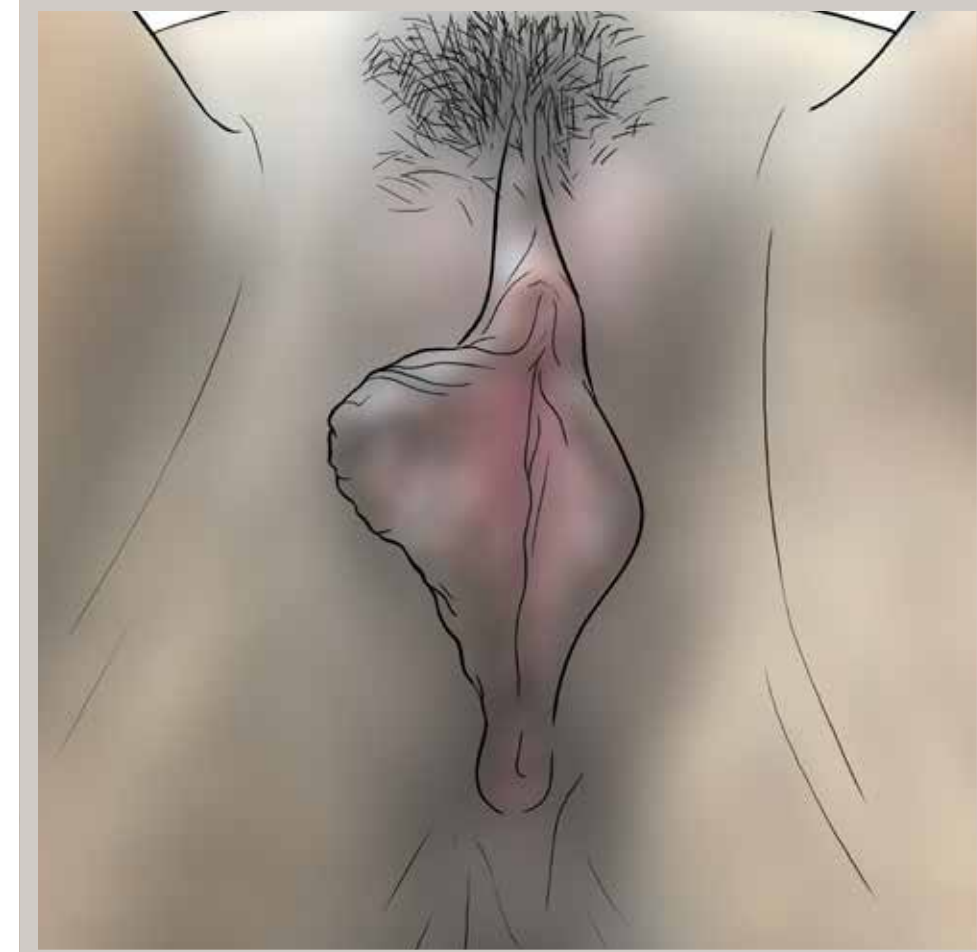
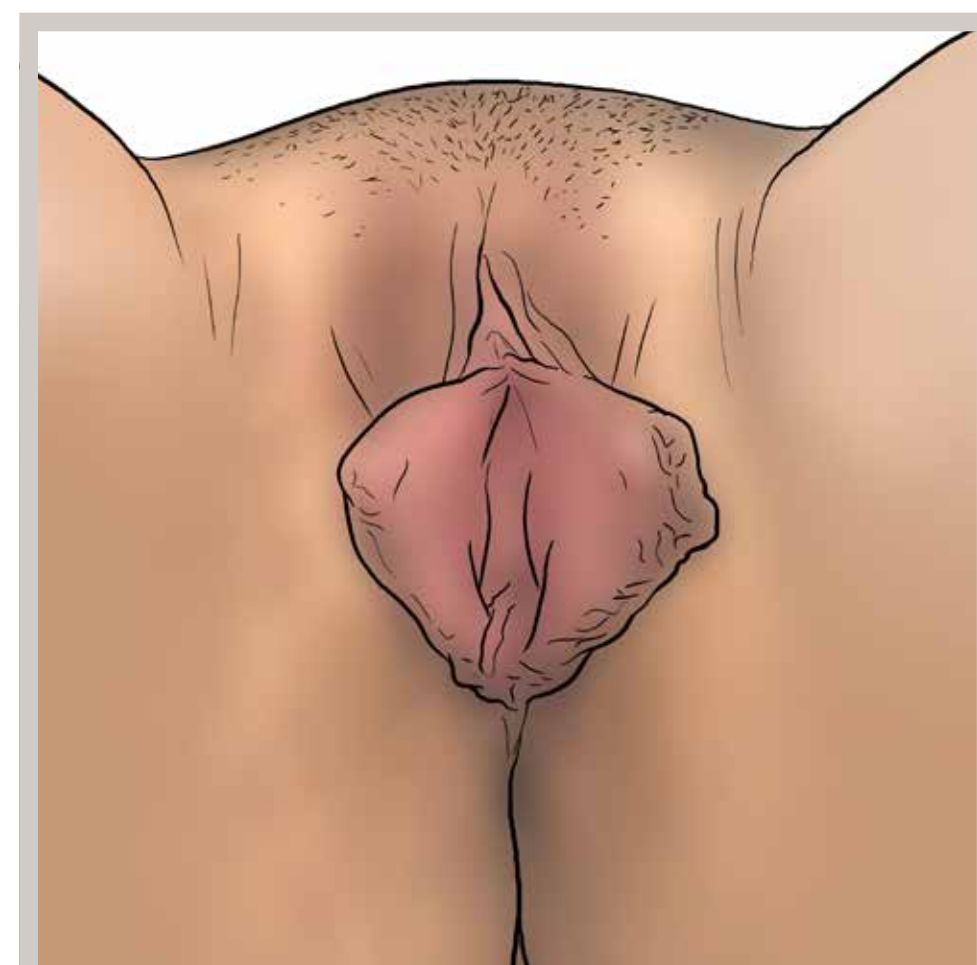


Não existe padrão normal. A anatomia da região varia muito entre as mulheres. É considerado anormal tudo o que causa **constrangimento, desconforto, vergonha ou piora da auto-estima.**

Ilustrações demonstrando a hipertrofia dos pequenos lábios vaginais.

O que mais incomoda a mulher que tem hipertrofia dos pequenos lábios?

- volume para fora dos grandes lábios, marcando a roupa íntima ou biquíni
- incômodo na prática de esportes ou uso de roupas justas
- desconforto e constrangimento na relação sexual
- dificuldade para higienizar a região
- insatisfação ou vergonha com a aparência da região íntima
- baixa auto-estima

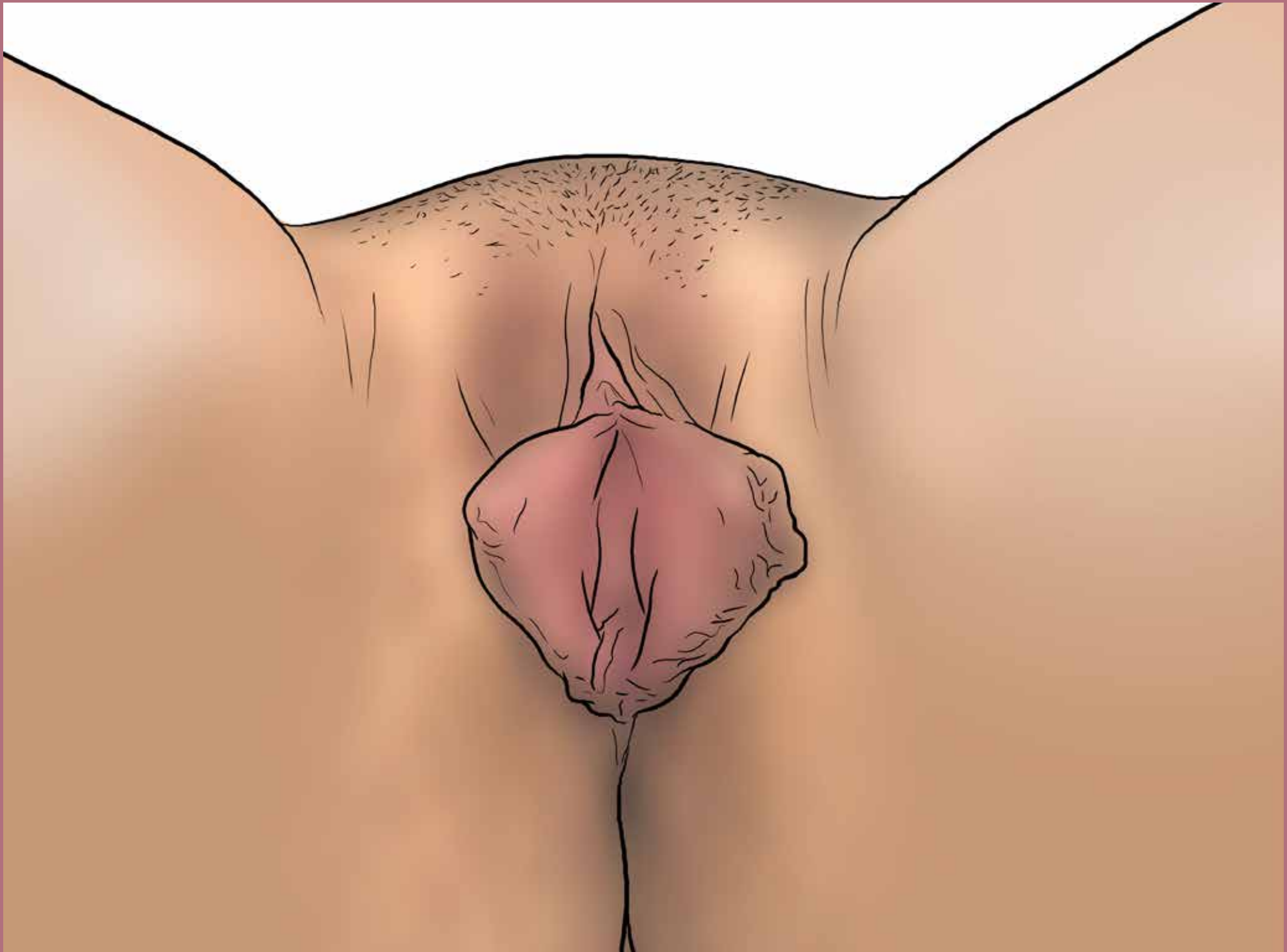


Como a cirurgia íntima (ninfoplastia) pode ajudar?

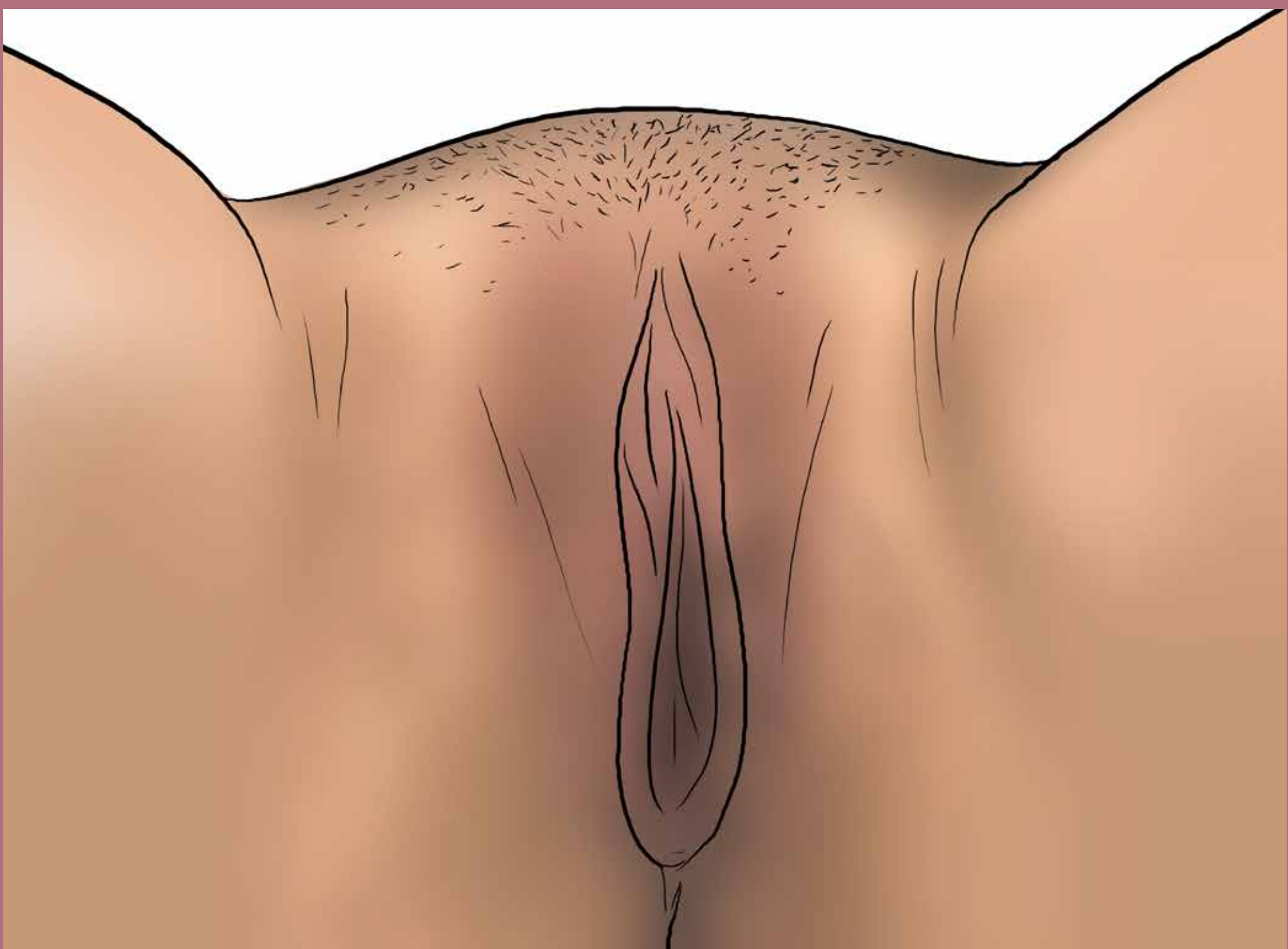
A redução cirúrgica dos pequenos lábios é um procedimento relativamente simples, mas capaz de aumentar significativamente a **auto-estima** e o **bem-estar físico, psicológico** e **sexual**. Ouvimos com frequência mulheres relatarem que o procedimento “mudou a vida” delas!

Por ser algo muito íntimo, muitas mulheres **sofrem em silêncio** e não comentam nem com as amigas sobre seu incômodo com o excesso dos pequenos lábios. Mas a ninfoplastia é um dos procedimentos estéticos mais realizados, há muitas décadas.

Vale lembrar que este é um procedimento essencialmente estético, embora melhore também muitos sintomas de desconforto físico com a região genital. E a decisão de realizá-la deve ser sempre da **própria mulher**, para **melhora da sua qualidade de vida e auto-estima**, e nunca para **agradar uma outra pessoa**.



O objetivo da ninfoplastia é remover o excesso de pele dos pequenos lábios, deixando-os para dentro dos grandes lábios



Como é realizada a ninfoplastia?

- pode ser realizada sem internação hospitalar, com anestesia local
- não é necessária a presença de acompanhante
- duração de aproximadamente 2 a 3h
- utilizados pontos de fio absorvível (que caem sozinhos e não precisam ser retirados depois)

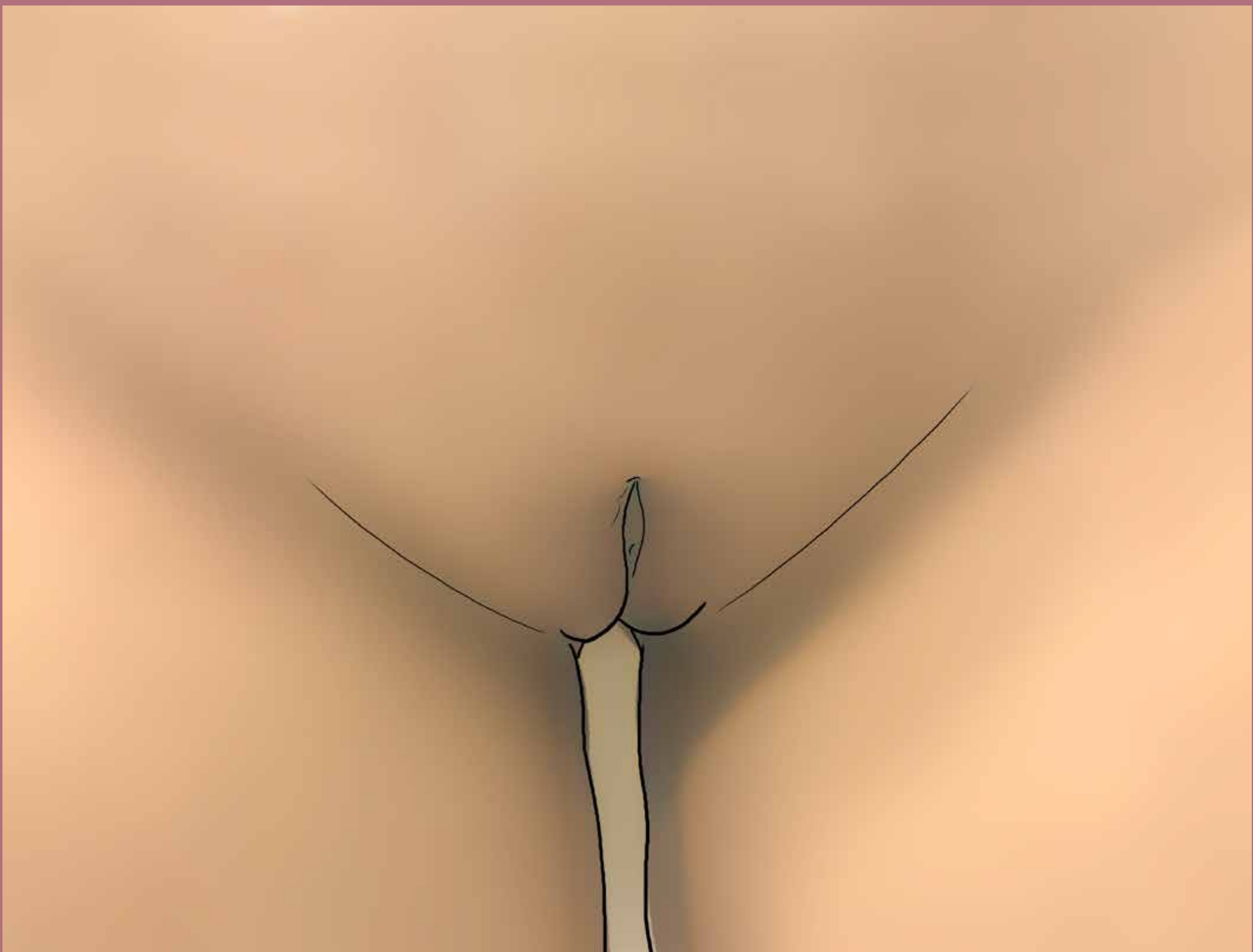
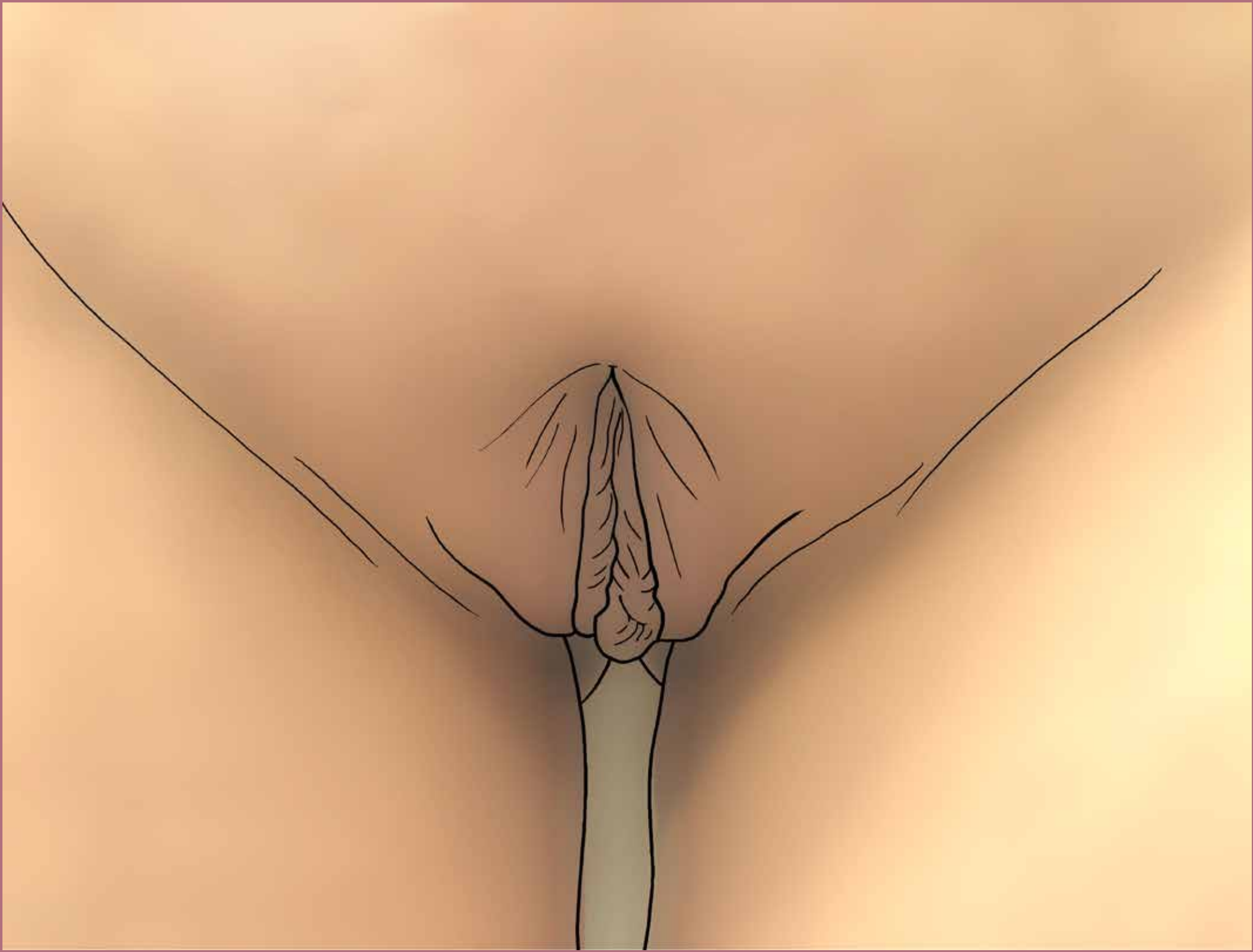
O fato de poder ser realizada de forma ambulatorial (sem internação hospitalar) torna o procedimento **mais acessível** (sem despesas hospitalares ou com os honorários de anestesista), e também permite que a mulher **possa realizar sem contar para ninguém** (pois não depende de ter um acompanhante na internação).

Como é o preparo para a ninfoplastia?

Não é necessário nenhum preparo especial. Recomendamos que a mulher faça a depilação da região alguns dias antes.

No dia do procedimento, é necessário vir sem nenhum tipo de metal no corpo (anéis, correntes, brincos, etc).

Antes do início do procedimento, é aplicado um gel anestésico potente, que já tira a sensibilidade da região. Com isso, a mulher praticamente nem sente a injeção do anestésico nos lábios, **tornando o procedimento praticamente indolor.**



Como é a *Recuperação* após a cirurgia?

A maioria das mulheres avalia a recuperação dessa cirurgia como tranquila ou muito tranquila, embora a maioria sinta desconforto nos primeiros dias.

É muito comum realizarmos o procedimento na quinta ou sexta-feira (às vezes até no sábado de manhã), e a mulher retornar ao trabalho na segunda.

Como a região é muito sensível, os primeiros 2 dias são os mais incômodos: é comum a sensação de uma certa ardência. Inchaço no local é esperado e pequenas equimoses (roxos) são comuns também, nesses primeiros dias. Para amenizar os sintomas, recomendamos o uso de medicamentos e cuidados locais.

Quais os

Cuidados recomendados

após a cirurgia?

Logo depois do procedimento, a mulher sai do consultório com orientações detalhadas para os seguintes cuidados:

- Fazer repouso domiciliar por 2 a 3 dias
- Usar compressas de gelo nas primeiras horas após o procedimento
- Higienizar o local com anti-séptico, usar um spray para alívio local e lavagem normal com água e sabão no banho
- Usar os medicamentos prescritos corretamente (antibiótico, anti-inflamatório e analgésico)
- Usar roupas íntimas leves e de algodão nos primeiros dias
- Abstinência sexual de aproximadamente 30 dias
- Evitar exercícios físicos por 15 a 20 dias
- Retorno ao consultório para reavaliação em 10 a 15 dias

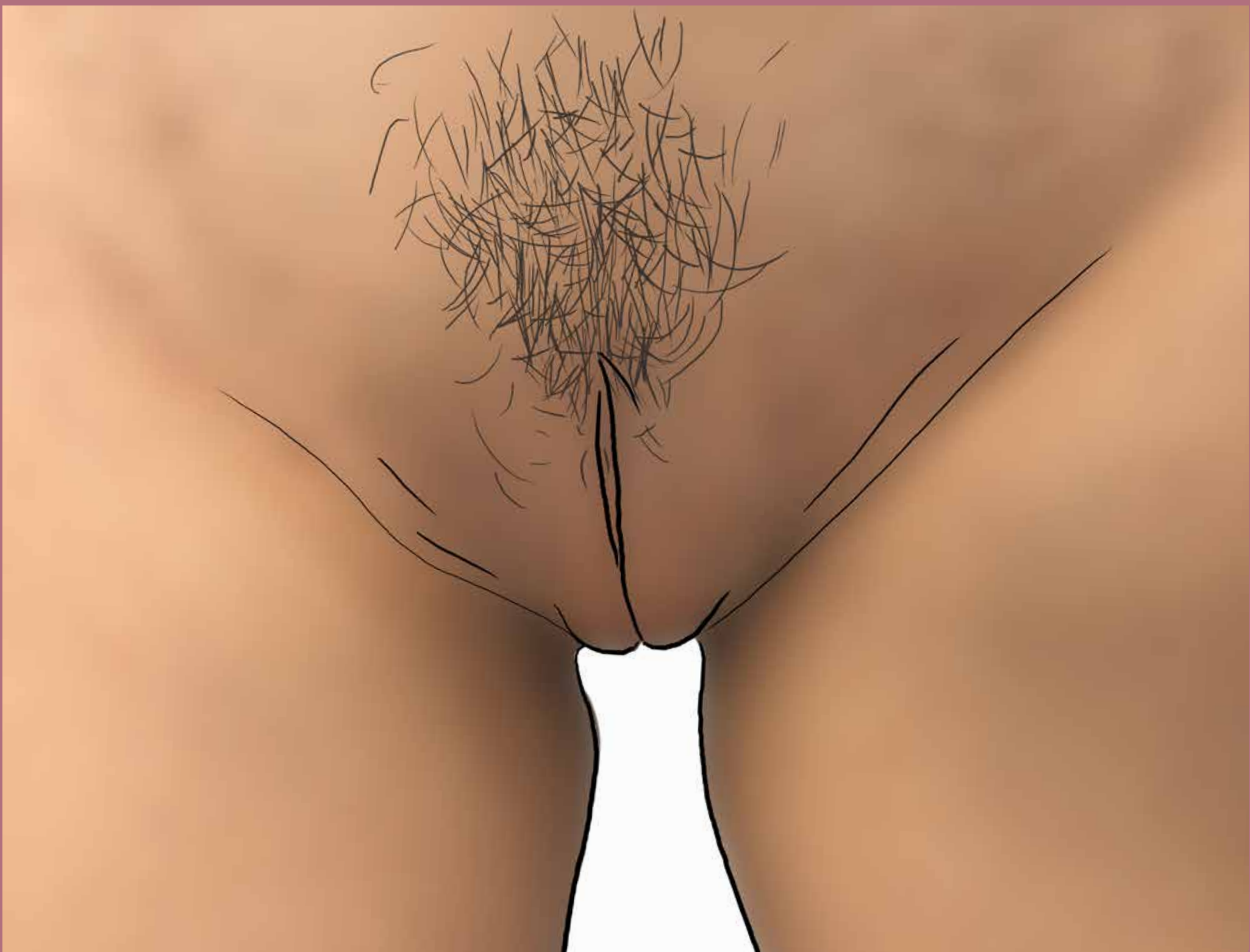
Quais as possíveis complicações?

Como qualquer procedimento cirúrgico com anestesia, a cirurgia íntima pode ter complicações. Porém, é considerado um procedimento de baixa complexidade e tem índice baixíssimo de complicações.

Podem eventualmente ocorrer equimoses (roxos), hematomas, ou pequenas deiscências (abertura de algum ponto), que quase sempre se resolvem espontaneamente sem necessidade de nenhuma intervenção adicional.

Complicações cirúrgicas mais graves, como infecções locais, necrose ou trombose, são raríssimas e altamente preveníveis se a mulher seguir os cuidados recomendados.





Alerta!

Escolha muito bem o profissional para realizar seu procedimento.

Sempre verifique o currículo, formação acadêmica e a experiência na área.

A ninfoplastia é realizada tanto por ginecologistas como por cirurgiões plásticos. Porém, nem todos os profissionais dessas especialidades têm experiência nesse tipo de procedimento.

Apesar de simples, existem **diversos detalhes técnicos** a serem observados para que o resultado final seja satisfatório, principalmente no que envolve a pele da região do clitóris (que por vezes precisa ser retirada parcialmente também) e o tipo de sutura utilizada. E como a anatomia da região varia bastante, existem diferentes técnicas cirúrgicas a serem escolhidas para que o resultado seja o melhor possível.

A **avaliação criteriosa de cada caso** e o uso da **técnica correta** são essenciais. A Dra. Mariana recebe com frequência mulheres desejando corrigir uma ninfoplastia anterior, cujo resultado foi insatisfatório, mas essa correção nem sempre é possível.

Quanto custa a
Ninfoplastia
e como pode ser feito o pagamento?

Quando é realizada de forma ambulatorial (sem internação), o custo final do procedimento é significativamente reduzido.

De acordo com o Conselho Federal de Medicina e o Código de Ética Médica, não é permitido informar valores de procedimentos médicos por meios digitais. É necessário entrar em contato para obter informações e agendar uma avaliação.

Quando o procedimento é indicado, o custo da primeira avaliação é descontado do valor final da cirurgia.

O pagamento pode ser feito à vista com desconto (por transferência bancária) ou parcelado em cartão de crédito.

Decidi realizar o procedimento.

Quais os

Próximos passos?

- 1** Entrar em contato para obter informações detalhadas e agendar uma consulta para avaliação
- 2** Realizar exames básicos pré-operatórios
- 3** Programar a data do procedimento
- 4** Dia da cirurgia
- 5** Cuidados pós-operatórios
- 6** Retornos pós-operatórios

OBS: recebemos muitas mulheres de outras cidades e estados (e até de outros países) para realizar este procedimento. Nossa equipe de atendentes está preparada para auxiliar e orientar essas mulheres. É possível adiantar pedidos de exames e eventualmente agendar uma primeira consulta por teleconferência, para orientações e esclarecimento de dúvidas. De toda forma, o procedimento só é realizado após uma avaliação e orientação presencial. Em média, permanecer em São Paulo por cerca de uma semana é suficiente para o processo completo e retorno seguro à cidade de origem.

Dúvidas frequentes

Existe risco de perder a sensibilidade da região?

Não. A sensibilidade sexual feminina provém do clitóris, que não é manipulado em nenhum momento. Por vezes é necessário remover parte da pele ao lado do clitóris, mas isso não afeta em nada sua função.

Porém logo após o procedimento a região como um todo fica "sensível", com inchaço e os pontos. Isso melhora rapidamente após os primeiros dias, permitindo o retorno às atividades, mas algumas mulheres ainda sentem o local mais "sensível" durante algumas semanas até a cicatrização completa dos pontos internos.

Essa cirurgia afeta a vida sexual?

Só positivamente, já que quase todas as mulheres que fazem a ninfoplastia sentiam algum tipo de incômodo ou constrangimento.

A retomada das relações sexuais é possível em cerca de 30 dias (por vezes um pouco antes, a depender da extensão dos pontos e da cicatrização)

A ninfoplastia deixa cicatrizes visíveis?

Não. Pelas características anatômicas da região (pele/mucosa), depois da cicatrização completa é praticamente impossível identificar uma mulher que fez o procedimento.

A cirurgia íntima tem alguma implicação para uma futura gravidez ou parto?

Não, absolutamente nenhuma relação.

Há uma idade mínima para realizar o procedimento?

Não. É muito comum que a cirurgia seja realizada em adolescentes, pois é após a puberdade que ocorre o amadurecimento final dos órgãos genitais e a hipertrofia dos pequenos lábios, que pode passar a incomodar muito e prejudicar a auto-estima. Nesses casos, é necessário o acompanhamento de um dos responsáveis (via de regra, da mãe).

É preciso retirar pontos depois?

Não. Normalmente são utilizados fios absorvíveis, que caem sozinhos depois.

É necessário um acompanhante?

Não. Essa é uma vantagem de o procedimento poder ser feito sob anestesia local no consultório, pois a mulher pode vir sozinha se não quiser compartilhar essa informação com ninguém.

Quando é possível retornar ao trabalho e aos exercícios físicos?

É recomendado o repouso por 2 a 3 dias. A maioria das mulheres faz o procedimento na sexta-feira (às vezes na manhã de sábado) e retorna ao trabalho na segunda.

Exercícios físicos: depende do tipo de atividade praticada e não há uma regra absoluta. Recomendamos repouso por cerca de 15 a 20 dias, mas depende da recuperação individual. Exercícios que não causam tanto contato ou atrito direto com a região podem ser iniciados após cerca de 10 dias, se a mulher se sentir bem para tal.

Quando a ninfoplastia é realizada com laser, os resultados são melhores?

Não. O uso do equipamento de laser ou de um bom bisturi elétrico são equivalentes e por terem a função de coagulação, permitem realizar o procedimento com mínimo sangramento. Isso torna viável realizar a cirurgia sob regime ambulatorial (em consultório), com as vantagens já mencionadas acima.

Moro em outra cidade. Em quanto tempo poderei voltar?

Recebemos muitas mulheres de outros estados (e até que moram no exterior) para realizar este procedimento. Nossa equipe de atendentes está preparada para auxiliar e orientar essas mulheres. Em média, permanecer em São Paulo por cerca de uma semana é suficiente para o processo completo e retorno seguro à cidade de origem.

Posso agendar o procedimento diretamente, sem passar por avaliação?

Não. É fundamental a avaliação criteriosa individual, fotografar e mostrar à mulher as peculiaridades do seu caso, como será feita a cirurgia e qual o resultado esperado. Por isso, é sempre necessário passar por uma avaliação antes. Como atendemos muitas pacientes de outras regiões, é possível adiantar pedidos de exames e eventualmente agendar uma primeira consulta por teleconferência, para orientações e esclarecimento de dúvidas, mas a avaliação presencial é sempre necessária antes do procedimento. Geralmente é possível fazer um pré-agendamento do procedimento para que seja realizado no mesmo dia da consulta, de forma a otimizar o tempo de permanência em SP. Quando a consulta é agendada exclusivamente para essa finalidade, caso seja realizada a cirurgia, o valor da consulta é abatido do custo do procedimento.

O plano de saúde reembolsa o custo dessa cirurgia?

Geralmente não. Não há uma obrigatoriedade de cobertura dos planos, pois é considerada uma cirurgia estética. No entanto, existe um código TUSS da ninfoplastia e alguns planos melhores podem reembolsar, mediante um relatório médico. Mas recomendamos não contar com isso. Como toda despesa médica, o valor pago pelo procedimento pode ser restituído na declaração do IRPF.

Posso realizar outras cirurgias íntimas em conjunto?

Em consultório, não. Algumas mulheres desejam também operar outras alterações da região íntima, como o excesso de volume no monte de Vênus ou a flacidez de pele dos grandes lábios. Para essas cirurgias, é necessária a internação para cirurgia convencional, e recomendamos que sejam feitas com cirurgiões plásticos especializados na área. Inclusive, mulheres que desejam fazer outras cirurgias plásticas como próteses de mama, abdominoplastia, rinoplastia etc., podem eventualmente fazer junto a ninfoplastia.

Dra. Mariana

Especialista em Ginecologia e Obstetria pela Universidade de São Paulo (Prêmio de melhor residente)

Subespecialização em ultrassonografia obstétrica, implantes hormonais e laser ginecológico

Médica instrutora do Centro de Treinamento para Residentes do Hospital Albert Einstein em São Paulo

Membro da Comissão de Comunicação da Federação Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia



Contato

dramarianaguazzelli.com.br

Para informações específicas
sobre a cirurgia íntima,
entrar em contato com



Sandra
(11) 97468-5382

Para agendamento de consultas:



(11) 4253-2523



atendimento@dramarianaguazzelli.com.br

DRA. MARIANA GUAZZELLI
GINECOLOGIA • OBSTETRÍCIA
CRM 150.822