



MANUEL MAIA
CIRURGIÃO PLÁSTICO
DO HOSPITAL DA
PRELADA (PORTO)

MAMOPLASTIA – CIRURGIA SIMPLES QUE TRANSFORMA A IMAGEM DA MULHER

O que é uma mamoplastia?

A mamoplastia é uma cirurgia realizada nas glândulas mamárias com intuito de reduzir o tamanho (mamoplastia de redução), de as “levantar” (mastopexia) ou de aumentar o volume (mamoplastia de aumento).

São cirurgias complexas?

Na maioria dos casos são cirurgias simples, com tempo de internamento médio de 1 dia.

Para além disso, o tempo de recuperação é habitualmente rápido, mas depende de cada caso clínico.

Na mamoplastia de redução e na mastopexia as sequelas cicatriciais dependem da técnica utilizada, podendo ser à volta da auréola, para baixo ou em âncora.

Na mamoplastia de aumento o im-

plante pode ser colocado por uma pequena incisão (cerca de 4 a 5 cm), quer debaixo da mama, quer à volta da aréola ou por via axilar. Podem ou não serem utilizados drenos e normalmente não há necessidade de remover pontos de sutura.

Quando são colocados implantes mamários, em princípio não é necessário substituí-los, salvo havendo qualquer complicação.

Em qualquer destas cirurgias, a mulher normalmente não fica com incapacidade de amamentar.

As mulheres que realizam mamoplastia também costumam optar pela abdominoplastia. É possível realizar as duas intervenções na mesma cirurgia?

Podemos realizar mamoplastia, quer

de redução quer de aumento, associada a abdominoplastia na mesma intervenção cirúrgica, nos casos em que haja indicação para tal.

No Hospital da Prelada, quantas mamoplastias realizam, em média, todos os anos?

Atualmente fazemos mais de 1.000 cirurgias deste tipo.

São cirurgias dispendiosas?

Estas cirurgias, assim como todas as outras cirurgias do foro estético do Hospital da Prelada, são realizadas a preços baixos, comparativamente com os valores praticados por outras entidades. Isto é possível pois temos tratamentos a preço fechado. Ou seja, conseguimos que, à partida, quem se submete a uma cirurgia estética

saiba exatamente quanto vai gastar. Para além disso, quem nos escolhe para uma cirurgia estética beneficia do facto do nosso serviço ser prestado em ambiente hospitalar, com rigorosos critérios de segurança e qualidade. Aliás, o Hospital da Prelada foi a primeira Instituição Particular de Solidariedade Social a ter Acreditação Total em Qualidade de todos os seus serviços.

OS NOSSOS ACORDOS - ACP | ADSE | **AdvanceCare** | AGILCARE | Allianz | Cartão Social+ | Cruz Vermelha | Ecco-Salva | Europ Assistance | **Fidelidade** | Generali | Future Healthcare | Lusitânia | Medicare | **Médis** | Montepio | **MultiCare** | Ocidental | Sãvida | SAMS – Quadros | Sorriso+ | Tranquilidade | TrueClinic | **Well's**

CENTRO DE ATENDIMENTO PERMANENTE
228 330 770
centro.atendimento@hospitaldaprelada.pt

PRELADA UM HOSPITAL ABERTO A TODOS.

MISERICÓRDIA DO PORTO 30 ANOS
HOSPITAL DA PRELADA
HOSPITALIDADE E CUIDAR DE TI



ANA SANTOS OLIVEIRA
ENFERMEIRA
ESPECIALISTA
EM ENFERMAGEM DE
SAÚDE COMUNITÁRIA
UCC VISEENSE

DIA MUNDIAL DA SAÚDE (7 DE ABRIL) ONTEM, HOJE E AMANHÃ!

A Organização Mundial de Saúde (OMS) definiu, em 1948, o termo saúde como: “(...) estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença (...)”. Este conceito reflete não só o ponto de vista da doença física, mas também os aspetos económicos, políticos, da qualidade de vida e das necessidades básicas do ser humano, valores, crenças, direitos, deveres e das suas relações dinâmicas e construídas ao longo de todo ciclo vital no que o envolve.

Os dados mais recentemente divulgados pela OMS, no Relatório Europeu de Saúde 2018, destacam a manutenção da tendência do aumento da esperança de vida na região europeia, a redução da mortalidade prematura e o facto de alguns países europeus registarem os maiores níveis de satisfação com a vida. O relatório destaca os progressos al-

cançados na redução das mortes por todas as causas, em todas as idades, representando uma redução de cerca de 25% em 15 anos.

“Globalmente, a Europa está a ultrapassar o objetivo de reduzir as mortes prematuras pelas quatro principais doenças não transmissíveis (doenças cardiovasculares, cancro, diabetes mellitus e doenças respiratórias crónicas) em 1,5% anualmente até 2020 (OMS - Relatório Europeu de Saúde 2018)”.

No que concerne a Portugal, os dados deste relatório referem que os indicadores relativos à redução da mortalidade prematura, à esperança de vida à nascença e à vacinação são extremamente positivos, em oposição aos relacionados com excesso de peso e consumo de álcool.

A OMS definiu, para 2019, dez prioridades em Saúde:

1) Combate à poluição

ambiental e mudanças climáticas – entre 2030 e 2050, espera-se que as mudanças climáticas causem 250 mil mortes a mais por ano devido à desnutrição, malária, diarreia;

2) Doenças crónicas não transmissíveis – a diabetes, cancro e doenças cardiovasculares são responsáveis por mais de 41 milhões de mortes em todo o mundo, sendo que 15 milhões morrem prematuramente, com idade entre 30 e 69 anos, cuja causa seria evitável;

3) Gripe – o mundo enfrentará outra pandemia de *influenza* – o somente não se sabe quando e quão grave será;

4) Fragilidade e Vulnerabilidade – mais de 1,6 biliões de pessoas, 22% da população mundial, vivem em locais onde crises prolongadas e serviços de saúde mais frágeis as deixam sem acesso aos cuidados básicos de que necessitam;

5) Resistência microbiana – é impulsionada pelo uso excessivo/ incorreto de antibióticos em pessoas, animais, alimentos e meio ambiente;

6) Ébola;

7) Cuidados de Saúde Primários – primeira linha de contato com o sistema de saúde e, idealmente, deve fornecer, ao longo da vida, cuidados integrados, acessíveis e baseados na comunidade;

8) Vacinação – a relutância ou a recusa, apesar da disponibilidade da vacina, ameaça reverter o progresso feito no combate a doenças que podem ser prevenidas por meio da imunização;

9) Dengue;

10) HIV.

As mudanças de estilos de vida individuais serão o principal ponto de partida para estas grandes mutações: seja mais saudável por si e por todos!