

THE GREAT WALL OF VAGINA - JAMIE MCCARTNEY, 2008

Ninfoplastia

CIRURGIA ÍNTIMA

REDUÇÃO DOS PEQUENOS
LÁBIOS VAGINAIS



DR. IGOR PADOVESI

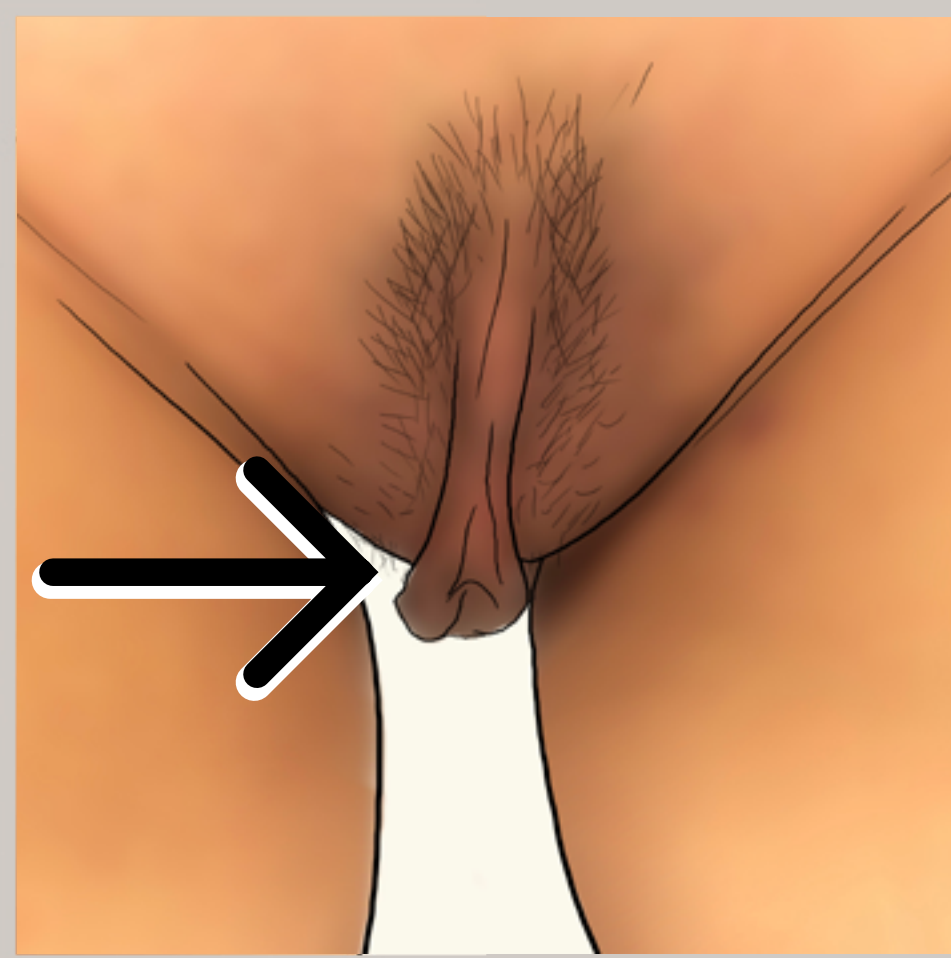
ginecologia | obstetrícia



Muitas mulheres sentem

*desconforto
constrangimento*

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

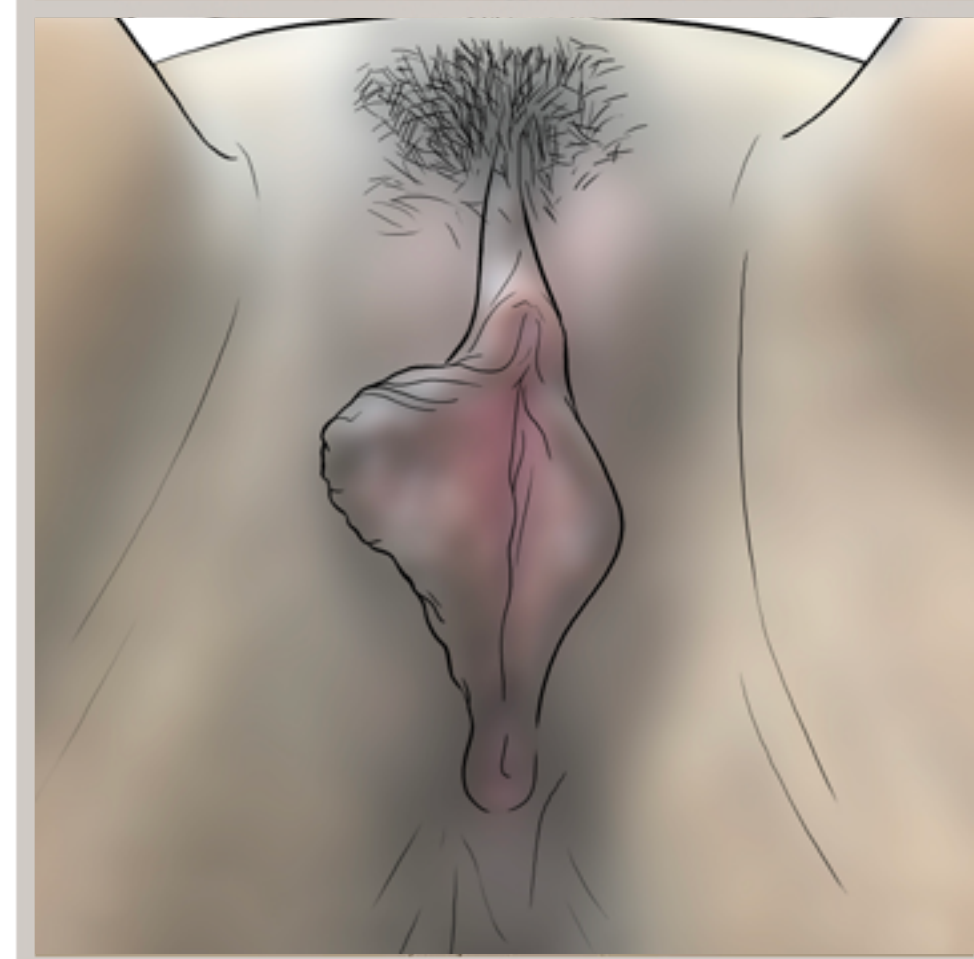
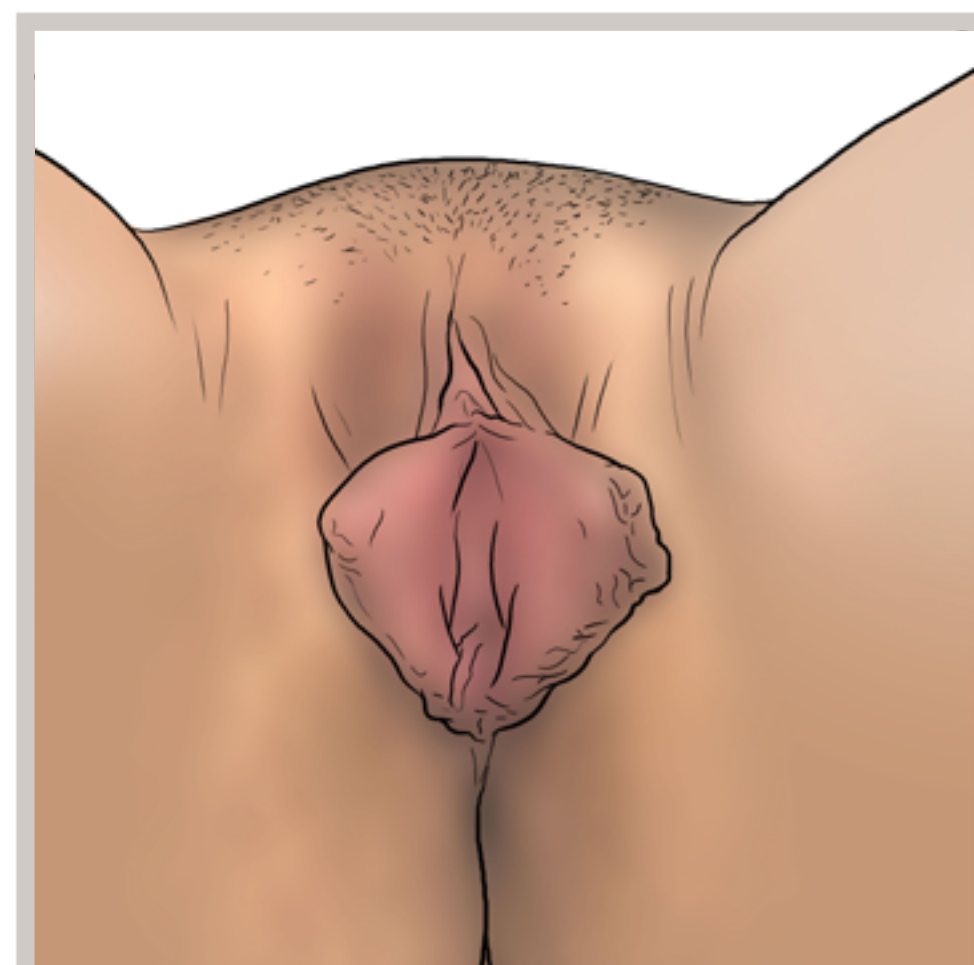


Não existe padrão normal. A anatomia da região varia muito entre as mulheres. É considerado anormal tudo o que causa **constrangimento, desconforto, vergonha ou piora da auto-estima.**

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 e baixa libido

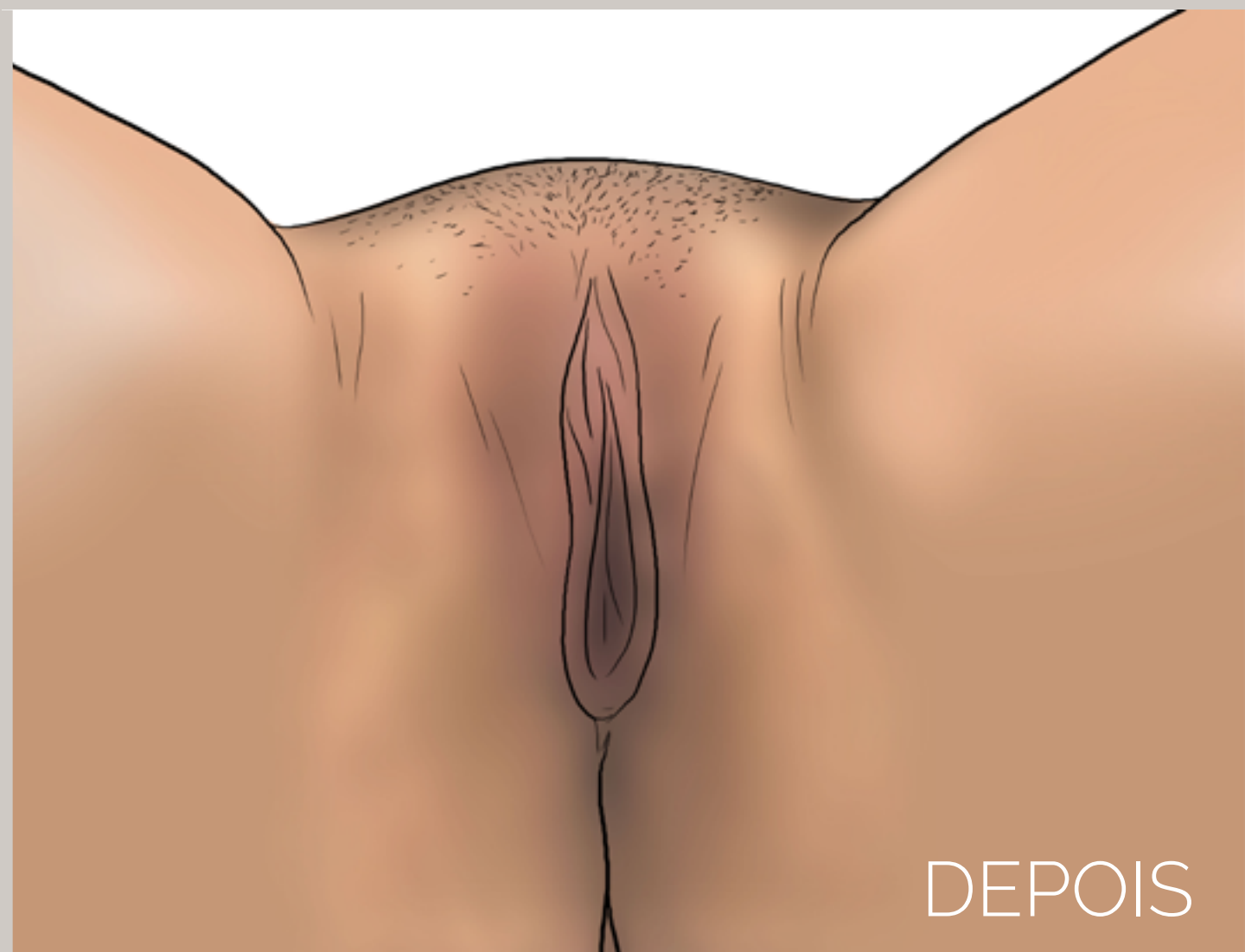
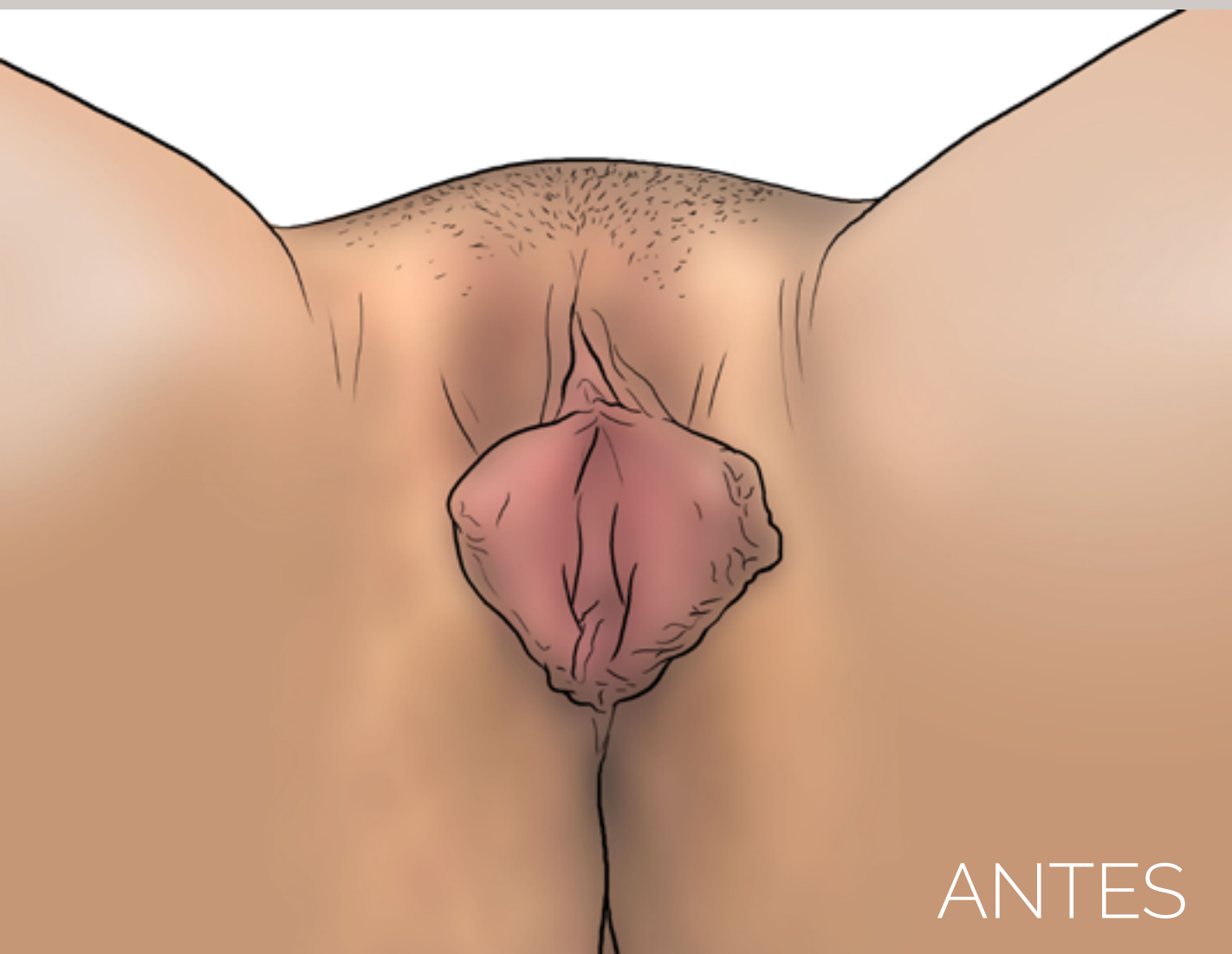


Como a cirurgia íntima (ninfoplastia) pode ajudar?

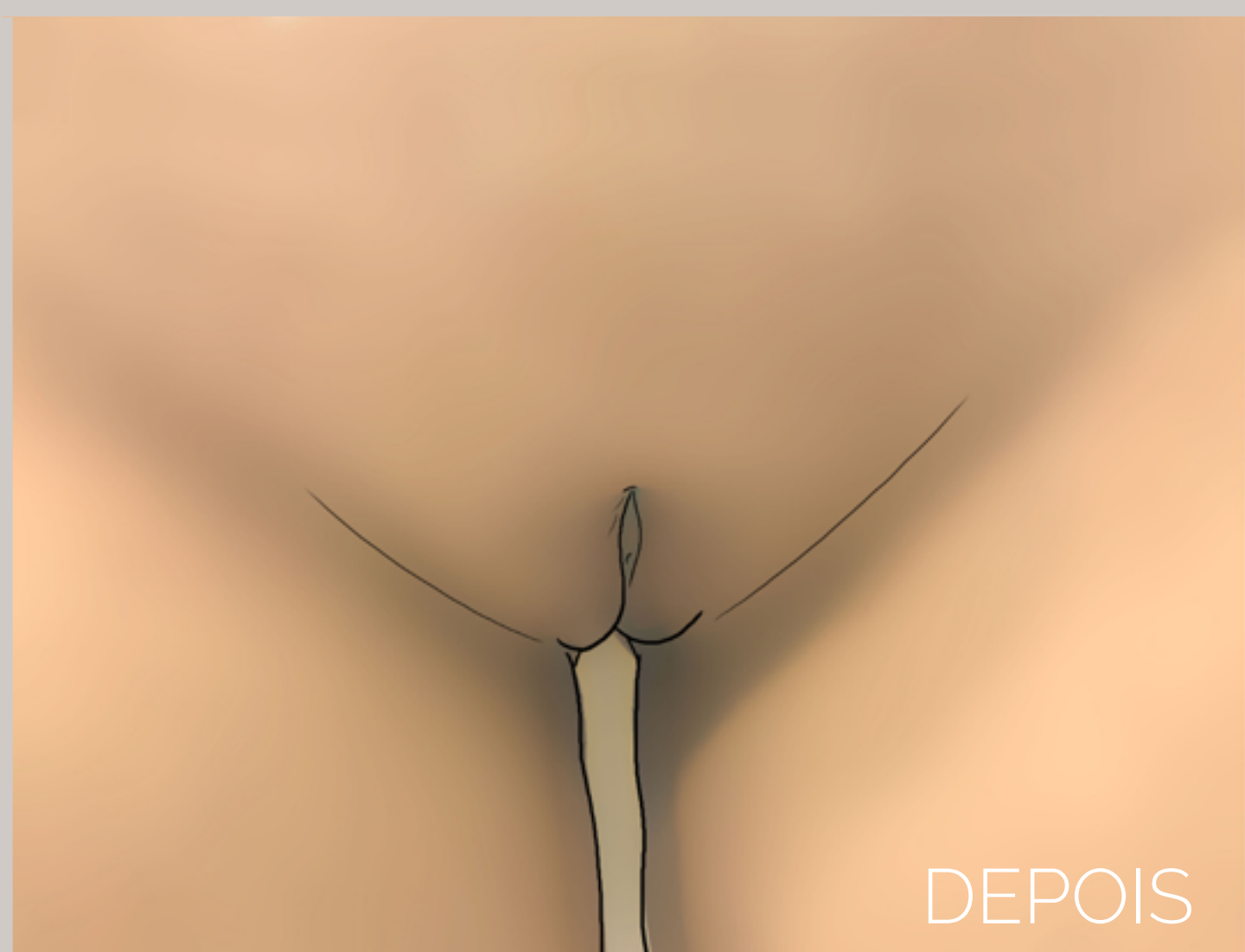
A redução cirúrgica dos pequenos lábios é um procedimento relativamente simples, mas capaz de aumentar significativamente a **auto-estima** e o **bem-estar físico, psicológico** e **sexual**. Ouvimos com frequência mulheres relatarem que o procedimento “mudou a vida” delas !

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, auto-estima e sexualidade**.



**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 totalmente 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. Confira na página do site diversos prints de mensagens que recebemos das pacientes que realizaram o procedimento.

É muito comum realizarmos o procedimento na quinta ou sexta-feira, 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:

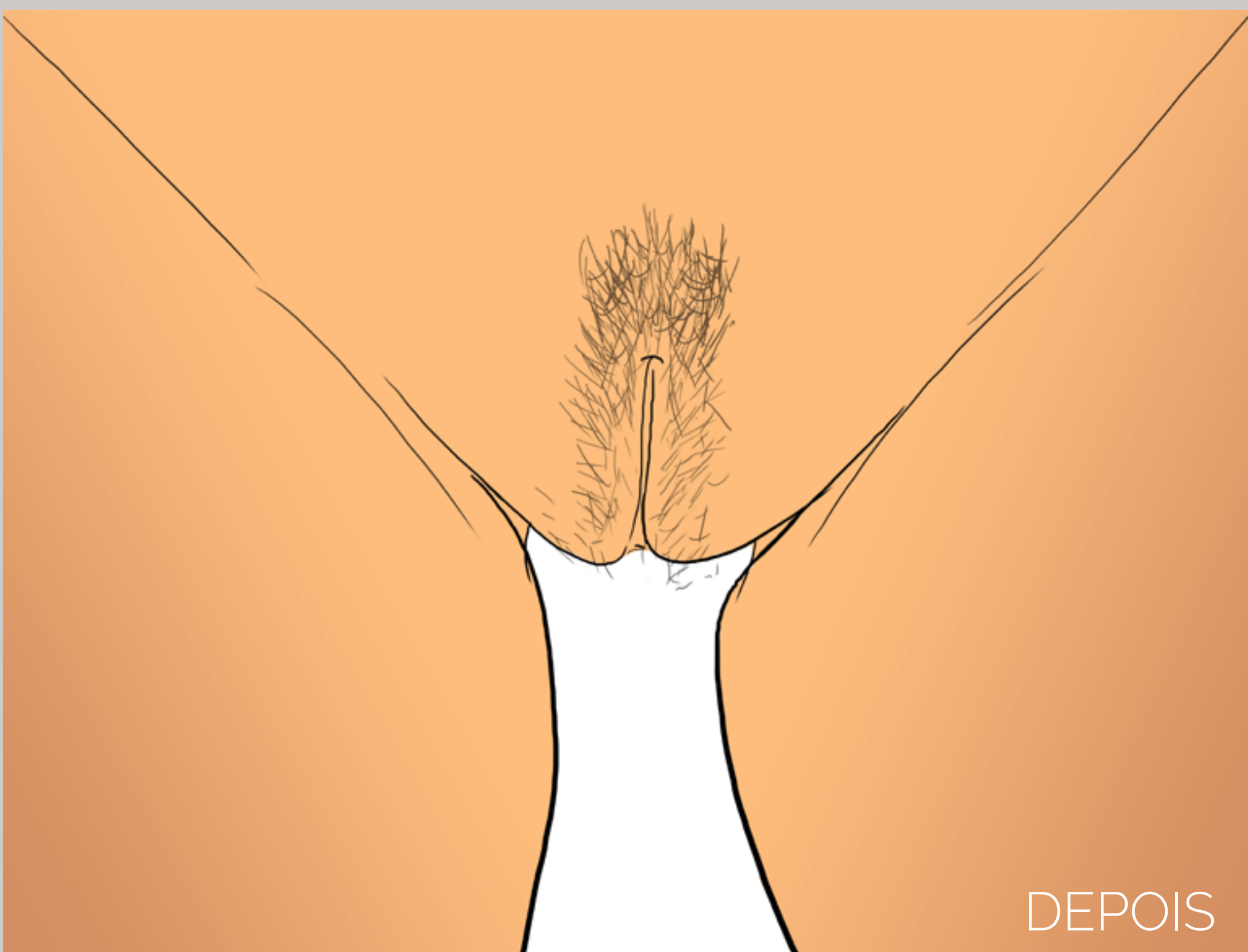
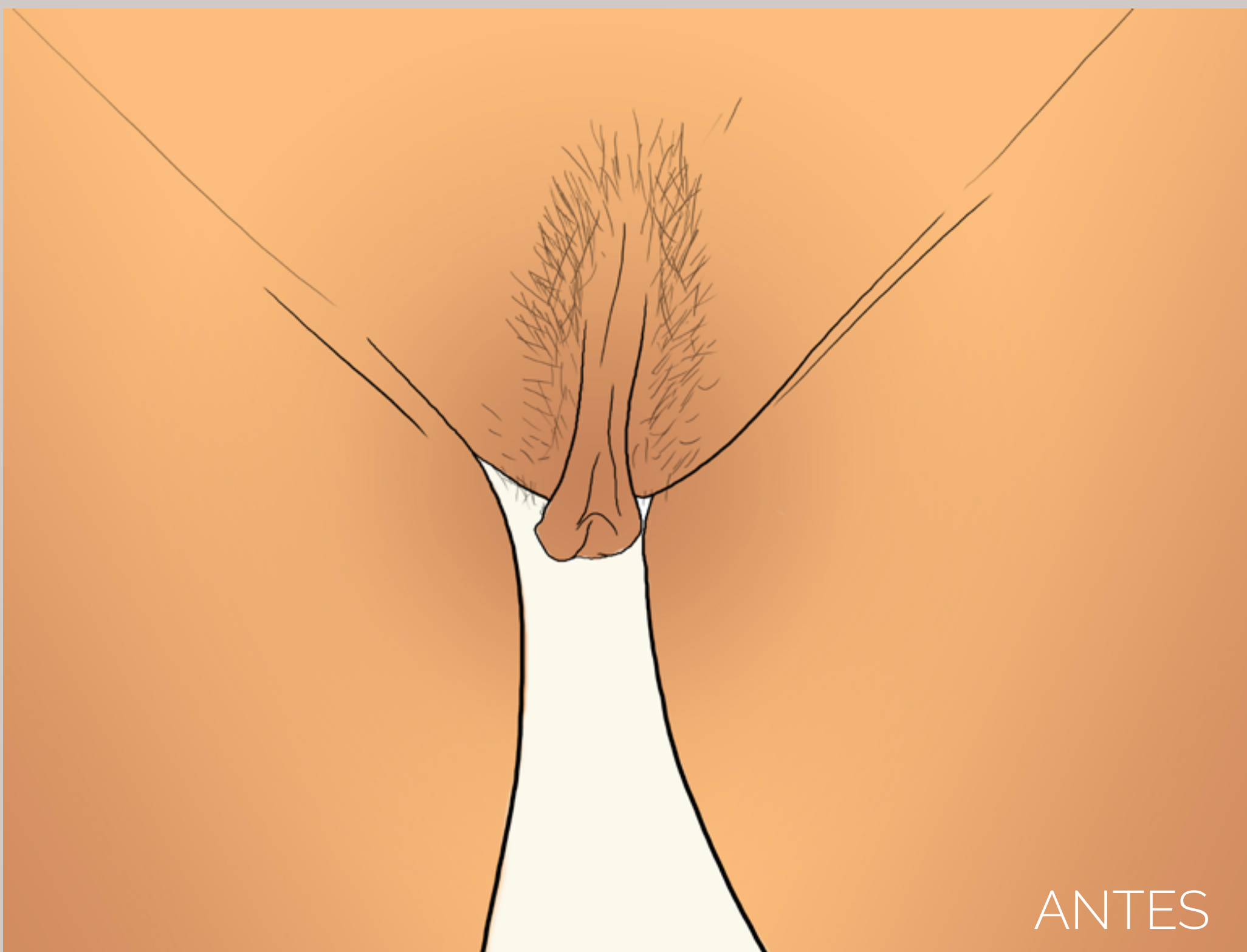
- Fazer repouso domiciliar por 2 a 3 dias
- Usar compressas de gelo nas primeiras horas após o procedimento
- Higienizar o local com anti-séptico, usar um spray para alívio local e lavagem normal com água e sabão no banho
- Usar os medicamentos prescritos corretamente (antibiótico, anti-inflamatório 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 15 a 30 dias

Quais as possíveis complicações?

Como qualquer procedimento cirúrgico com anestesia, é possível ocorrerem complicações. Porém, a ninfoplastia é considerada um procedimento de baixa complexidade e tem índice baixíssimo de complicações.

Nos primeiros dias, é comum aparecerem 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. **O Dr. Igor 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.



Clique aqui para entrar em contato

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. Em média, permanecer em São Paulo por cerca de 4-5 dias 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 as primeiras semanas, permitindo o retorno às atividades, mas algumas mulheres ainda sentem o local mais "sensível" durante os primeiros meses, até a cicatrização completa dos pontos internos.

Quando verei o resultado final?

Assim como em outras cirurgias estéticas, no começo a região operada fica com inchaço, possíveis hematomas e aspecto estranho. O resultado final mesmo, quando nem é possível dizer que a região foi operada (já que não deixa cicatrizes) e já não terá mais nenhuma sensibilidade, é esperado em 3 a 4 meses.

Os pequenos lábios podem voltar a crescer?

Não. A ninfoplastia só é realizada mais de uma vez quando é feita por profissionais pouco experientes e o resultado final fica inadequado (situação frequente que o Dr. Igor recebe, mas nem sempre é possível a correção – geralmente porque foi retirado muito tecido, deixando com a aparência estranha de lábios amputados).

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. O que acontece é que muitas mulheres fazem o procedimento com profissionais pouco experientes e ficam insatisfeitas com o resultado final, buscando uma segunda cirurgia, de correção (o famoso barato que sai caro...)

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 ocorre o amadurecimento final dos órgãos genitais e a hipertrofia dos pequenos lábios, que pode passar a incomodar muito e prejudicar a autoestima. 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.

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 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.

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.

A ninfoplastia é realizada com laser?

Sim, e/ou com bisturi elétrico. 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 4-5 dias 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.

Algumas mulheres preferem enviar uma foto antes da consulta por telemedicina, o que é possível também e agiliza o processo.

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, geralmente não. Para mulheres que precisam também da perineoplastia (cirurgia para apertar o canal vaginal), pode ser possível a correção também em consultório sob anestesia local, assim como a ninfoplastia, nos casos de correções menores.

Algumas mulheres desejam também operar outras alterações da região íntima, como o excesso de volume no monte de Vênus, hipertrofia do clitóris (por uso de anabolizantes) 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 (o Dr. Igor indica o Dr. Matheus Manica).

Posso fazer a ninfoplastia se...

For virgem?

Sim, a ninfoplastia não mexe no hímen.

Estiver menstruada?

Sim. Recomendamos usar absorvente interno ou coletor.

Morar distante?

Sim, veja a explicação detalhada acima.

Precisar voltar dirigindo?

Sim, você pode ir sozinha e voltar dirigindo.

Tiver medo de agulha?

Sim. Com o creme anestésico, a injeção da anestesia é quase imperceptível.

Estiver grávida?

Não. Pode ser realizada após 40 dias do parto.

Estiver amamentando?

Sim. Os medicamentos do pós-operatório serão os mesmos do pós-cesárea.

Estiver na menopausa?

Sim. É muito comum inclusive, para melhora da sexualidade.

Dr. Igor



- Formado e pós-graduado pela USP
- Ex-Preceptor da disciplina de Ginecologia da USP
- Médico da categoria "Einstein Premium" do Hospital Albert Einstein, pelo programa de relacionamento do corpo clínico (a mais alta segmentação entre o corpo clínico do hospital)
- Especialização em Endometriose e Cirurgia Minimamente Invasiva pelo Hospital Sírio-Libanês
- Colunista oficial e embaixador da revista Pais&Filhos, autor da série "Gravidez sem Neura"
- Membro da Comissão de Comunicação Digital da Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (FEBRASGO - Diretoria 2016-2019)
- Título de Especialista em Ginecologia e Obstetrícia, certificado em Endoscopia Ginecológica (Videolaparoscopia e Histeroscopia) pela FEBRASGO / AMB
- Curso de "Lifestyle Medicine" pela Universidade Harvard (2018)
- Co-autor de trabalhos científicos publicados na área de Ginecologia e Endometriose
- Autor de conteúdos na área de Ginecologia para cursos do Instituto de Ensino e Pesquisa do Hospital Albert Einstein
- Instrutor do curso de pós-graduação e outros cursos da área de Ginecologia e Obstetrícia no Hospital Albert Einstein

Contato

Para informações específicas
sobre a cirurgia íntima,
valores e agendar avaliação,
entre em contato:



DR. IGOR PADOVESI
ginecologia | obstetrícia