

exklusiva

N.º 2 | NOVEMBRO/DEZEMBRO 2015 | 2€ (CONT.)



Clara de Sousa
Portugal garante
futuro com inovação

Rádio Comercial
No AR com a equipa
das manhãs

Cristiano Ronaldo
O mundo a seus pés...

Joana Vasconcelos
Obras da artista
marcam história

Espaço Saúde
Esteja atento
ao seu corpo!

Dossier empreendedorismo
A arte de colocar os sonhos em prática!

Oferta especial nesta edição
Desconto num tratamento

aiyro
boutique



Dr.^a Alice Varanda Pereira

Especialista em Cirurgia Plástica Reconstructiva e Estética

Cirurgia plástica e as rugas

O envelhecimento da face é certamente um fenómeno que preocupa a maioria das mulheres e homens. Temos uma vida ativa cada vez mais longa e queremos que a nossa aparência física seja espelho do bem estar e energia interior que sentimos.

Por volta dos 25-30 anos surgem os primeiros sinais, como as rugas finas, pequenas manchas e diminuição da elasticidade da pele, sinais estes que se vão tornando mais marcados ao longo das décadas seguintes.

A melhor forma de atrasar o aparecimento destas alterações é a prevenção. Entre as medidas mais importantes estão a realização de um bom cuidado diário de limpeza, hidratação da pele e proteção solar, ter uma alimentação saudável e rica em vitaminas e antioxidantes e evitar grandes variações de peso.

A cirurgia plástica dispõe de vários procedimentos de rejuvenescimento facial, que geralmente agrupamos em dois grupos: cirúrgicos e não cirúrgicos.

Existem vários tratamentos em consultório disponíveis para melhorar a aparência da face, colo e mãos. São procedimentos seguros, com resultados rápidos e visíveis, mas naturais, que podem ser realizados num curto tempo, como um intervalo do trabalho.

As rugas e outros sinais de envelhecimento, podem condicionar uma aparência física que não está de acordo com o bem estar mental.

Existe um grande número de métodos de prevenção e tratamento destes sinais, que são escolhidos caso a caso e discutidos entre o paciente e o seu cirurgião plástico, permitindo devolver uma aparência saudável e rejuvenescida.

Entre estes destacam-se a aplicação de toxina botulínica – que relaxa as rugas de expressão –, preenchimentos com ácido hialurónico – preenche depressões e pequenas rugas e dá volume a áreas como os lábios e maçãs do rosto –, *peelings* – que reduzem manchas, imperfeições e pequenas rugas – ou mesoterapia – para melhoria da elasticidade e hidratação cutâneas.

Os tratamentos cirúrgicos, com *lifting* facial, são aqueles que permitem resultados mais surpreendentes e duradouros e estão indicados sobretudo para peles mais envelhecidas, com grande perda de elasticidade, volume e rugas profundas. A escolha do procedimento é adaptada caso a caso e pode incluir também a realização de vários procedimentos em simultâneo como preenchimentos com gordura, cirurgia às pálpebras ou lipoaspiração do pescoço.

Em conclusão, as rugas e outros sinais de envelhecimento, podem condicionar uma aparência física que não está de acordo com o bem estar mental. Existe um grande número de métodos de prevenção e tratamento destes sinais, que são escolhidos caso a caso e discutidos entre o paciente e o seu cirurgião plástico, permitindo devolver uma

aparência saudável e rejuvenescida. 

