

ID: 125668398

01-10-2026 | PERSPETIVA ATUAL

LMR Cirurgia Plástica

Uma visão que respeita a identidade e os desejos de cada pessoa

Luísa Magalhães Ramos não encara a Cirurgia Plástica apenas como uma possibilidade de transformação, mas como uma forma de valorizar o que torna cada pessoa única. Já com três clínicas próprias e uma prática centrada na cirurgia facial, mamária, corporal e íntima feminina, confessa que não deixa de olhar para o futuro da especialidade, ambicionando «formar melhores médicos e ajudar a elevar os padrões da cirurgia plástica e da medicina estética em Portugal».



Luísa Magalhães Ramos, Médica e Especialista em Cirurgia Plástica Reconstructiva e Estética



LMR: Acho que aquilo que mais nos distingue é uma abordagem muito individualizada, assente numa grande exigência médica. Não acredito em soluções standard nem em realizar um procedimento apenas porque está na moda ou porque foi aquilo que o paciente veio pedir. É fundamental fazer uma avaliação rigorosa, perceber o que realmente incomoda aquela pessoa e definir a abordagem que pode oferecer o melhor resultado com segurança.

Foi também essa visão que esteve na origem da Skin Boutique: perceber que nem todas as pessoas que nos procuram têm indicação cirúrgica e que, muitas vezes, a melhor resposta pode estar na medicina estética, na tecnologia ou na combinação de diferentes abordagens.

Temos também uma preocupação muito grande com a naturalidade dos resultados. O objetivo nunca é transformar uma pessoa ou aproximá-la de um padrão, mas melhorar aquilo que a incomoda respeitando a sua anatomia, as suas proporções e a sua identidade. No fundo, procuramos aliar excelência médica, segurança, personalização e resultados naturais em tudo aquilo que fazemos.

PA: Quando se fala em resultados naturais, está em causa mais do que uma questão estética. O que significa, para si, alcançar um resultado que respeite a identidade de cada paciente?

LMR: Naturalidade, para mim, não significa fazer pouco. Significa fazer aquilo que é necessário sem apagar as características que tornam aquela pessoa única. Não acredito em rostos, mamas ou corpos padronizados. A beleza existe em formas e proporções muito diferentes, que variam de pessoa para pessoa.

Perspetiva Atual: À frente de três clínicas, soma mais de 25 mil cirurgias e procedimentos realizados. Qual é a sua missão enquanto médica?

Luísa Magalhães Ramos: A minha missão é ajudar cada pessoa a sentir-se melhor consigo própria, mas sempre respeitando aquilo que ela é e o que deseja. A cirurgia plástica pode ter um impacto enorme na autoestima, na confiança e até na qualidade de vida da pessoa, mas deve ser encarada com muita responsabilidade. Para mim, ser médica é também saber ouvir, perceber as verdadeiras motivações de quem nos procura e ter a honestidade de dizer quando uma cirurgia ou um tratamento é indicado — e também quando não é. Com o crescimento das clínicas, essa missão passou ainda por construir e formar equipas que partilhem os mesmos valores de rigor, segurança, naturalidade e proximidade com os pacientes.

PA: Conta com uma equipa de cirurgiões plásticos especializadas em cirurgias mamárias, cirurgias de contorno corporal e cirurgias de rosto em Lisboa, no

Porto e em Cascais. Acredita que uma equipa formada exclusivamente por mulheres pode ser uma mais-valia?

LMR: Acredito que sim. A Cirurgia Plástica foi durante muitos anos uma especialidade predominantemente masculina e sempre gostei da ideia de reunir mulheres muito diferenciadas, cada uma com as suas áreas de maior especialização, e criar uma equipa que cresce e aprende em conjunto. Além da competência técnica, existe muitas vezes uma proximidade e uma empatia especiais entre médica e paciente. Grande parte das nossas pacientes são mulheres e falam connosco de temas muito íntimos — alterações da mama, do corpo depois da gravidez, da região genital, do envelhecimento. Poderem fazê-lo num ambiente em que se sentem compreendidas e à vontade é, sem dúvida, uma mais-valia.

PA: Na diversidade de tratamentos que disponibilizam, o que distingue a abordagem das vossas clínicas?

ID: 125668398

01-10-2026 | PERSPETIVA ATUAL

Sobretudo na cirurgia facial, um bom resultado é aquele em que continuamos a reconhecer imediatamente a pessoa. Pode parecer mais jovem, mais descansada ou mais harmoniosa, mas mantém a sua expressão e a sua identidade. O meu objetivo nunca é criar uma pessoa diferente, mas uma versão em que ela continue ou volte a reconhecer-se e a sentir-se bem na sua pele.

PA: Dedica-se principalmente à cirurgia plástica estética da face, à cirurgia da mama e à cirurgia genital feminina. Dentro destas áreas, quais são os procedimentos mais procurados e os mais desafiantes?

LMR: Na face, o lifting facial e do pescoço e a blefaroplastia estão entre as cirurgias mais procuradas. Tenho-me dedicado particularmente à cirurgia facial e ao Deep Plane Facelift, porque permite tratar o envelhecimento de uma forma profunda e muito natural. Na mama, continuamos a ter uma procura muito grande pelas cirurgias de aumento mamário, mastopexia e redução mamária. Na cirurgia genital feminina, a labioplastia é provavelmente o procedimento mais frequente.

Os casos mais desafiantes são muitas vezes as cirurgias secundárias, em pacientes que já foram operados anteriormente, e a cirurgia facial mais complexa. São casos em que temos de respeitar anatomias, cicatrizes e alterações prévias e em que cada detalhe pode fazer diferença. São também aqueles que mais gosto de estudar e planejar.

PA: Existem preocupações estéticas particularmente associadas ao público masculino?

LMR: Sim. Nos homens vemos bastante procura relacionada com o envelhecimento facial, sobretudo pálpebras, rosto e pescoço. A blefaroplastia é uma cirurgia muito procurada porque permite corrigir aquele aspeto permanentemente cansado sem alterar a expressão do rosto.

No corpo, a ginecomastia é uma preocupação muito específica do homem e pode ter um impacto significativo na autoestima desde muito jovem. Temos

também cada vez mais homens interessados em contorno facial, gordura localizada e tonificação muscular. O mais importante é que qualquer intervenção preserve as características masculinas e a identidade de cada paciente.

PA: No campo dos tratamentos menos invasivos, até onde é possível chegar em termos de resultados sem recorrer à cirurgia?

LMR: Hoje conseguimos chegar muito mais longe do que há alguns anos. Temos tecnologias, lasers, injetáveis, radiofrequência, ultrassons, entre outros tratamentos, que permitem melhorar muito a qualidade da pele, tratar a flacidez, recuperar volume e melhorar o contorno facial e corporal. Mas é fundamental não criar falsas expectativas. Há situações em que existe excesso de pele ou uma alteração estrutural acentuada e nenhum tratamento minimamente invasivo vai reproduzir o resultado de uma cirurgia. Saber distinguir essas situações é precisamente uma das responsabilidades do médico. O melhor tratamento não é necessariamente o menos invasivo ou o mais complexo; é aquele que está corretamente indicado para aquela pessoa, naquela fase da sua vida.

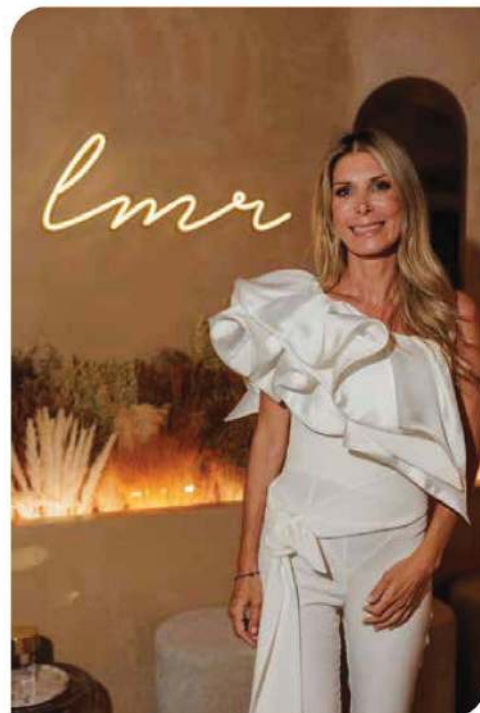
PA: A procura sucessiva por procedimentos estéticos pode transformar-se numa dependência?

LMR: Pode, e é uma questão que devemos levar muito a sério. As redes sociais, os filtros e a exposição permanente a determinadas imagens criaram padrões muitas vezes impossíveis de atingir e podem fazer com que algumas pessoas estejam constantemente à procura de um novo "defeito" para corrigir. É também aí que entra a responsabilidade do médico. O nosso trabalho não é dizer sempre que sim. Quando sentimos que as expectativas não são realistas, que a pessoa já perdeu a perceção do resultado ou que não existe uma indicação clínica, temos de saber dizer que não. A medicina estética deve melhorar o bem-estar, não alimentar uma procura permanente pela perfeição (que não existe).

PA: Com os olhos postos no futuro, que novos projetos, áreas de intervenção ou formações gostaria de acrescentar ao percurso que tem vindo a construir?

LMR: Quero continuar a aprofundar a cirurgia facial, que é atualmente a área da cirurgia a que mais me dedico e que continua a evoluir muito. A formação internacional sempre fez parte do meu percurso e quero continuar a aprender com os melhores, mas também começar cada vez mais a transmitir aquilo que fui aprendendo ao longo destes anos. Quero igualmente continuar a desenvolver as nossas equipas e tornar a LMR e a Skin Boutique cada vez mais complementares. Vejo o futuro numa abordagem muito global: não olhar apenas para uma cirurgia, uma ruga ou uma zona do corpo, mas acompanhar a mulher nas diferentes fases da sua vida, integrando cirurgia, medicina estética, dermatologia, alterações hormonais, composição corporal e medicina preventiva.

No fundo, sinto que ainda há muito por construir. Tenho muito orgulho no caminho que fizemos até aqui,



“Para mim, ser médica é também saber ouvir, perceber as verdadeiras motivações de quem nos procura e ter a honestidade de dizer quando uma cirurgia ou um tratamento é indicado — e também quando não é”



mas continuo a olhar para o futuro com a mesma vontade de aprender, inovar e elevar aquilo que fazemos. Quero que a LMR e a Skin Boutique sejam cada vez mais uma referência não apenas pelos excelentes resultados, mas pela forma como praticamos Medicina, pela qualidade das equipas que formamos e pelo impacto positivo que conseguimos ter na vida de quem nos procura.

Gostava também de deixar um legado que fosse além do meu trabalho individual enquanto cirurgiã: contribuir para formar melhores médicos, criar equipas de excelência e ajudar a elevar os padrões da cirurgia plástica e da medicina estética em Portugal. É essa possibilidade de continuar a crescer, a ensinar e a fazer melhor que me continua a entusiasmar todos os dias.