



## **NÚCLEO AVANÇADO EM CIRURGIA PLÁSTICA**

# A consulta: escolhendo o seu médico

- **Como escolher o seu médico**
- **Avaliação na primeira consulta: obtendo o máximo de informações**
- **O que fazer durante a consulta**
- **O que o staff do médico pode revelar**
- **Importância dos exames pré-operatórios**
- **Perguntas ao médico**
- **Consentimento informado**
- **Aspectos financeiros do tratamento**

O boom da cirurgia estética tornou difícil identificar um cirurgião plástico qualificado. Enquanto antigamente a cirurgia estética era realizada unicamente por cirurgiões plásticos, hoje muitos outros médicos oferecem procedimentos estéticos. A pesquisa para encontrar um cirurgião plástico qualificado é apenas um dos desafios que você vai enfrentar. Um cuidadoso planejamento e organizada abordagem é essencial quando se persegue um resultado satisfatório. Não economize tempo, nem dinheiro, nem disposição. Muitos pacientes gastam mais tempo e dinheiro fazendo compras do que escolhendo o médico. Cuidado: é o seu corpo - você vai olhar para ele pelo resto de sua vida!

### **COMO ESCOLHER O MÉDICO**

A formação do cirurgião plástico é o aspecto que mais influencia a qualidade do resultado final de uma cirurgia plástica. A formação básica é composta de 6 anos de faculdade, 2 anos de cirurgia geral e 3 anos de residência em cirurgia plástica. Alguns ainda fazem superespecialização por 1 ou 2 anos, atingindo o nível de especialização mais alto que um médico pode alcançar numa determinada cirurgia. Assim, procure um médico formado por uma instituição reconhecida - pergunte sobre suas especializações, experiências, se ministra aulas e cursos, se já participou de publicações, com quem trabalhou, enfim, entreviste-o como se você fosse o Recursos Humanos de uma empresa em busca do melhor profissional. Procure o especialista na cirurgia desejada, quer dizer, se for fazer uma cirurgia no nariz, certifique-se que ele é especialista em nariz. Além disso, é importante que ele tenha sido aprovado pela Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica - o que significa um selo de qualidade. Para checar se o seu médico é membro da entidade, acesse:

[www.cirurgioplastica.org.br](http://www.cirurgioplastica.org.br)



Seguir a indicação de pessoas que você conhece que já foram submetidas à cirurgia por aquele médico é um bom caminho para acertar na escolha do profissional. Além de verificar o resultado, pergunte à pessoa sobre todas as etapas do tratamento, de que maneira o médico se comportou antes e depois da cirurgia. Pessoas que trabalham no hospital, como enfermeiros, recepcionistas e outros médicos são excelentes fontes, pois observam o trabalho do cirurgião no dia-a-dia e a forma como se comporta na sala de cirurgia e com os pacientes. Cuidado com a indicação de outros médicos - embora útil às vezes, isto nem sempre é confiável porque pode envolver interesses comerciais.

Escolher um médico que seja membro do corpo clínico de bons hospitais também é um detalhe que pode fazer a diferença, já que isto significa que ele foi avaliado pela respectiva diretoria clínica e tem os pré-requisitos necessários para clinicar naquele determinado hospital. Não tenha receio de perguntar sobre esses assuntos e, se quiser checar, os sites dos hospitais e das entidades muitas vezes têm essas informações. Claro que nada disso garante uma boa cirurgia, mas traz segurança pois os critérios de aprovação costumam ser extremamente rígidos.

Ao avaliar suas opções, não se deixe levar pelos editoriais em revistas, sites, etc, ou pela propaganda - são úteis para divulgar o trabalho e as técnicas dos profissionais, mas não se deve escolher o cirurgião baseado apenas nisso. Também não se renda aos preconceitos: idade não é sinônimo de competência. Muitos profissionais que operam há 30 anos não se atualizaram e continuam fazendo do mesmo modo que faziam quando começaram, enquanto cirurgiões mais jovens podem estar utilizando técnicas mais atuais e eficientes. Isso equivale dizer que há bons profissionais de todas as idades.

Se você for a vários médicos, cada um vai propor uma alternativa. Escolher o procedimento da moda não é o mais indicado: só porque um procedimento é novo não quer dizer que seja a melhor alternativa; seu médico pode ter excelentes resultados com métodos tradicionais. Se encontrar dois cirurgiões que te agradem, vá pela intuição, mas não deixe que a empatia seja mais importante que a qualificação do médico. E para ter certeza de que está fazendo a escolha certa, pense, ao olhar para o médico: esta é a pessoa que vai mudar o meu corpo para sempre, e eu vou olhar o meu corpo todos os dias. Há médicos sedutores, simpáticos e charmosos. E só. Não corra esse risco: você está lá para ser operado e não para namorar.

Finalmente, é importante que o médico não seja escolhido pelo preço. Honorários altos não necessariamente garantem resultados superiores. E honorários baixos nem sempre são um bom negócio. Deve-se considerar que, quanto mais especializado o cirurgião, mais caro ele é, da mesma forma que hospitais de primeira linha. No entanto, o importante é fazer direito na primeira vez e não precisar refazer depois. O conserto, quando possível, é sempre mais custoso, pois envolve frustração e mais disponibilidade de tempo, embora, em geral, não sejam cobrados honorários da equipe médica, ficando por conta do paciente apenas os custos de hospital e medicamentos.

## CARACTERÍSTICAS IDEAIS DE UM MÉDICO

- comunicativo
- atencioso
- organizado
- sem pressa
- competente
- saber escutar o paciente
- amigável
- interessado
- sincero
- disponível
- perfeccionista

## CARACTERÍSTICAS QUE ELE NÃO DEVE TER

- apressado
- desorganizado
- despreparado
- arrogante
- desconcentrado
- submeter o paciente a longas esperas
- baixa qualidade de informação

## A SUA DECISÃO FINAL NA ESCOLHA DO MÉDICO DEVE CONSIDERAR

1. A formação do médico
2. A quantidade e qualidade da informação que você recebe na consulta
3. Sensação de confiança/empatia durante a consulta

## A PRIMEIRA CONSULTA

A consulta representa uma das etapas mais importantes de qualquer tratamento médico. Inclusive, grande parte da ansiedade demonstrada por alguns pacientes pode ser atenuada pela consulta e pacientes bem informados sobre o tratamento costumam evoluir de forma mais satisfatória. Portanto, uma boa consulta deve oferecer grande quantidade de informações, mesmo que a cirurgia não seja indicada.

Fique atenta à qualidade do atendimento no consultório desde o primeiro contato: cortesia, pontualidade, atenção, educação, carinho, não apenas do médico mas de todo o seu staff. Aliás, uma das boas formas de checar a competência do médico é verificar a sua equipe: bons cirurgiões têm bons profissionais trabalhando com ele. Se você encontrar um staff atencioso, educado, bem informado e cheio de conhecimento, isso não é por acaso: foi treinado pelo cirurgião. Se, ao contrário, for uma equipe mal humorada, brava e infeliz seguindo as ordens de um cirurgião autoritário, saiba que o modo como ele trata os funcionários pode ser um exemplo de como o paciente será tratado depois da cirurgia.

Durante a consulta, o médico deve discutir as suas expectativas, analisar o problema a ser corrigido e procurar opinar honestamente sobre as opções de tratamento. O médico competente deve saber se os seus desejos são viáveis, se o procedimento desejado é adequado para o seu caso e entender a motivação que está levando à cirurgia. Além disso, deve especificar as vantagens, desvantagens e todos os aspectos da cirurgia, de forma clara, honesta e realista. Durante a consulta, todas as informações devem ser passadas em clima de prestação de serviço, e não de venda - a venda daquele serviço será consequência da boa informação. Fuja de cirurgiões que tentam vender outros procedimentos que você não esteja interessado. É anti-ético que o médico ofereça outras opções aproveitando o que você foi buscar: você vai fazer o nariz, por exemplo, e ele sugere aproveitar para fazer também os olhos. Além disso, nada de pressão. Esta é uma grande decisão, que tem de ser tomada com calma, e o paciente necessita de tempo para decidir. A equipe médica deve respeitar o tempo de cada um.

A cirurgia plástica deve ser artesanal e a pressa é inimiga da perfeição em todos os aspectos. Portanto, não se sinta um número e fuja dos médicos apressados. A maioria dos bons cirurgiões oferece consultas longas e consulta-retorno para conhecer o paciente. Quanto mais encontros você tiver com o médico, melhor: uma boa cirurgia é adaptada a você, ao seu caso, e não um modelo usado em todos os pacientes, como linha de montagem. Pontualidade reflete respeito - e isso vale para os dois lados. Esperar um pouco, tudo bem, mas a consulta não deve atrasar mais do que 30 minutos.

O paciente, por sua vez, também deve chegar na hora certa e se preparar para a consulta, tendo bem claro o que deseja e o que espera alcançar. Tendo em vista que a perfeição não existe - é possível melhorar, sim, mas não tornar perfeito - e sendo bem realista, o paciente pode até levar um modelo da boca ou seios de seus sonhos, mas consciente de que aquilo deve servir apenas como referência do que espera, já que o tipo de pele, de rosto, de personalidade de cada pessoa, além de outros fatores, interferem muito no que se pode fazer. É sempre bom levar um acompanhante na consulta que, além de dar apoio, pode observar ou ouvir algo que passou despercebido ao paciente. Peça para ver as fotos de antes e depois da cirurgia de outros pacientes, pois através delas você conhecerá o estilo do cirurgião. As fotos devem evidenciar um rejuvenescimento natural. Se o resultado parecer artificial ou excessivo, talvez seja melhor procurar outro médico. Afinal, seu objetivo, ao procurar uma cirurgia plástica, é obter uma aparência melhor e não diferente.

Certifique-se de não ser a cobaia do médico para um novo tratamento que acabou de aparecer. Principalmente na volta de congressos, os médicos se animam em testar novas técnicas - que não seja com você! Confirme que ele já usou várias outras vezes a técnica que usará no seu caso. Cuidado com médicos que prometem coisas que parecem boas demais, como uma cirurgia sem cicatriz. Não existe magia: procedimentos e cirurgia sem dor, sem cicatrizes, com recuperação milagrosa, são contos da carochinha. Portanto, fuja de médicos com essas promessas e tenha em mente que toda cirurgia tem cicatriz, exige algum tipo de anestesia e precisa de um tempo para a recuperação. Se o médico promete uma recuperação fácil, provavelmente ele optou por uma técnica que vai produzir um resultado pouco eficiente e duradouro.

Durante a consulta, não se deixe impressionar por coisas fúteis, como a decoração, o registro de pacientes nas colunas sociais, a suntuosidade. Procure sinais de uma personalidade perfeccionista e com extrema seriedade em relação ao trabalho, um atendimento cuidadoso que dê retorno ao paciente sempre que for solicitado, capaz de criar um vínculo de confiança entre médico e paciente. Os hábitos de um cirurgião se refletem em tudo o que ele faz, e tudo o que você precisa é olhar, analisar e prestar atenção.

Ao confirmar a realização da cirurgia, é absolutamente fundamental que o paciente seja informado de todos os aspectos da cirurgia, com orientações por escrito que abordem os procedimentos pré e pós-operatórios antes que a cirurgia aconteça. Quanto mais informação o paciente receber antes de cirurgia, melhor para evitar ansiedade e insegurança. Saiba com antecedência aonde será feita a cirurgia. No caso de ser na clínica, certifique-se de que tenha infra-estrutura adequada, aprovada pela vigilância.

Visando documentar a sua aparência antes da cirurgia e estudá-la cuidadosamente, o cirurgião fotografará a região a ser operada em vários ângulos. Estas fotos são normalmente utilizadas durante a cirurgia para auxiliar na execução correta do procedimento e valem como documentação médico-legal. Alguns cirurgiões possuem programas computadorizados capazes de expor ao paciente um esboço do resultado final. Porém, é impossível garantir que o resultado final e o modelo apresentado pelo computador serão exatamente iguais. Se, por um lado, esse procedimento é positivo porque permite visualizar a mudança, por outro pode gerar falsas expectativas, e é por essa razão que tal prática não é recomendada pela Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica.

Todos os pacientes, independentemente de idade, devem ser rigorosamente avaliados antes da cirurgia com exame físico e exames laboratoriais, como eletrocardiograma, sangue, etc. Dependendo das características do caso, além dos exames pré-operatórios de rotina, pode ser necessário consultar um especialista de outra área da medicina e realizar exames complementares como mamografia, tomografia computadorizada e exames de sangue específicos. Cirurgia é coisa séria e cumprir essa etapa com disciplina diminui as chances de complicações. Portanto, desconfie se o seu médico não solicitar qualquer tipo de exame.

## **DURANTE A CONSULTA, O CIRURGIÃO PLÁSTICO DEVE**

- Explicar cada procedimento, incluindo alternativas, riscos e limitações;
- Explicar claramente de que forma o procedimento proposto pode e não pode melhorar a sua aparência, bem como a extensão da melhora que você pode esperar;
- Usar termos compreensíveis e esclarecer suas dúvidas totalmente;
- Deixá-lo tranquilo e confortável para discutir sobre todas as suas preocupações;
- Descrever a recuperação em detalhes.

## PERGUNTE AO MÉDICO DURANTE A CONSULTA

- Qual a sua formação? É membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica?
- Você é especialista na cirurgia que eu desejo?
- Há quanto tempo você faz essa cirurgia e quantas faz por ano?
- Quais são as técnicas alternativas para o meu caso?
- Como você vai evitar os sinais que são característicos de quem fez cirurgia plástica?
- Vai ser necessário alguma cirurgia no futuro para manter o resultado? Em quanto tempo?
- É você que faz toda a cirurgia?
- Os assistentes fazem exatamente o que durante a cirurgia?
- Você é membro do corpo clínico de quais hospitais?
- Você fez alguma superespecialização?
- Você dá aulas ou escreveu artigos sobre a cirurgia que eu desejo?
- Explicar cada procedimento, incluindo alternativas, riscos e limitações.
- Explicar claramente de que forma o procedimento proposto pode e não pode melhorar a sua aparência, bem como a extensão da melhora que você pode esperar.
- Usar termos compreensíveis e esclarecer suas dúvidas totalmente.
- Deixá-lo tranquilo e confortável para discutir sobre todas as suas preocupações.
- Descrever a recuperação em detalhes.
- Tenho acesso ao seu currículo?
- Posso conversar com pacientes seus já submetidos a essa cirurgia?
- Pode me mostrar fotos de outros pacientes que fizeram o mesmo procedimento?
- Costuma fazer esse tipo de cirurgia no consultório ou no hospital? Em quais hospitais?
- Quais são os exames pré-operatórios necessários?
- Qual é o tipo de anestesia usado nesta cirurgia e por quê?
- Quais são as complicações mais comuns dessa cirurgia e como corrigi-las?
- Como é a recuperação dessa cirurgia?
- Quem vai cuidar de mim após a cirurgia + você ou seus assistentes?
- Quanto tempo demora para que o resultado final apareça?
- Se for necessário fazer um retoque, haverá cobrança adicional? Como é feito?
- Qual será meu custo total?

## CONSENTIMENTO INFORMADO

Antes da cirurgia, o paciente deve assinar o Consentimento Informado, que autoriza a realização do procedimento. Trata-se de um documento importante, que demonstra o seu entendimento e aceitação em relação aos potenciais benefícios e riscos associados à cirurgia, e demonstra confiança mútua entre médico e paciente. Todos os itens ali contidos devem ser conhecidos pelo paciente, o documento não deve apresentar nenhuma novidade, já que nesta altura todos os detalhes já devem ter sido discutidos com o médico. No entanto, é normal que o paciente fique assustado ao ler tal documento, pois ele apresenta as eventuais piores consequências. Tranquelize-se: se todos os critérios aqui mostrados forem seguidos, a chance de uma cirurgia bem sucedida é grande e as complicações, raríssimas.

## **ASPECTOS FINANCEIROS**

A maioria das cirurgias plásticas não é coberta pelo convênio, com exceção dos casos de deformidade. Ao final da consulta, o médico deve fornecer o custo total do tratamento para que não haja surpresas, principalmente no pós-operatório, quando o paciente tem de se concentrar no restabelecimento e evitar qualquer tipo de preocupação. O orçamento, em geral, contém: o custo da equipe cirúrgica (cirurgião, anestesista, instrumentadora e assistentes, se necessário); hospital (costumam ter uma tabela de procedimentos para cirurgia plástica, e oferecem pacotes com honorários pré-determinados) e custos adicionais (materiais especiais a serem usados durante a cirurgia, como próteses de mama, cintas ou sutiãs específicos, placas de silicone, se necessário, medicamentos e tratamentos pós-operatórios, como massagem, drenagem linfática, quando indicado).