

A beleza da face

Copyright © 2023 por Thomas Benson

Todos os direitos desta publicação reservados à Maquinaria Sankto Editora e Distribuidora LTDA. Este livro segue o Novo Acordo Ortográfico de 1990.

É vedada a reprodução total ou parcial desta obra sem a prévia autorização, salvo como referência de pesquisa ou citação acompanhada da respectiva indicação. A violação dos direitos autorais é crime estabelecido na Lei n.9.610/98 e punido pelo artigo 194 do Código Penal.

Este texto é de responsabilidade das autoras e não reflete necessariamente a opinião da Maquinaria Sankto Editora e Distribuidora LTDA.

Diretor Executivo

Guther Faggion

Diretor de Operações

Jardel Nascimento

Diretor Financeiro

Nilson Roberto da Silva

Publisher

Renata Sturm

Edição

JS Editorial

Revisão

Francine Torres

Direção de Arte

Rafael Bersi

Matheus da Costa

DADOS INTERNACIONAIS DE CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO (CIP)
ANGÉLICA ILACQUA – CRB-8/7057

BENSON, Thomas

A beleza da face : as informações essenciais que todo paciente deve saber para realçar os traços naturais e rejuvenescer com segurança Thomas Benson. São Paulo: Maquinaria Sankto Editora e Distribuidora LTDA, 2023. 172 p.

ISBN 978-65-88370-87-2

1. Pele 2. Envelhecimento 3. Cirurgia estética

I. Título

23-0648

CDD 612.79

ÍNDICES PARA CATÁLOGO SISTEMÁTICO:

1. Pele - Envelhecimento

maquinaria
EDITORIAL

Rua Pedro de Toledo, 129 - Sala 104 - Vila Clementino

São Paulo - SP, CEP: 04039-010

www.mqnr.com.br

Thomas Benson

A beleza da face

*As informações essenciais que
todo paciente deve saber para
realçar os traços naturais e
rejuvenescer com segurança*

mqr

Sumário

Introdução	11
-------------------	-----------

CAPÍTULO 1

Mais jovem, menos <i>fake</i>	21
--------------------------------------	-----------

CAPÍTULO 2

O que é “envelhecer bem”?	31
----------------------------------	-----------

Anatomia da face	33
------------------	----

O que acontece no envelhecimento facial	42
--	----

O que é glicação?	45
-------------------	----

CAPÍTULO 3

Tradições ou modismos	57
------------------------------	-----------

Riscos e benefícios dos procedimentos estéticos	62
--	----

Preenchimento não permanente <i>versus</i> permanente	66
--	----

CAPÍTULO 4

Cuidados com a pele **71**

Tipos de preenchedores 76

CAPÍTULO 5

A cirurgia plástica **95**

Face lift: suavizando s rugas 97

Deep Plane 99

Deep Neck 103

Espelho ou calendário? 107

Da consulta ao pós-cirúrgico 112

Processo de cicatrização 116

CAPÍTULO 6

Como escolher um profissional? **119**

Tome notas 122

Observações 125

Precisamos falar da anestesia 128

Procedimentos **135**

Lábios 136

Pálpebra 139

Rinoplastia 143

Têmporas 149

Orelha 150

Lifting frontal 151

Lipoenxertia facial 154

Deep Plane 155

O Deep Plane,
por Renata Marques Daminski 161

Considerações finais **165**

Médico também precisa de cuidados,
por Dra. Maria Aparecida Serafino 168

Apêndice **169**

Quero dedicar este livro à minha esposa e às minhas duas filhas, por todo suporte que me dão na minha profissão. A profissão de cirurgião é uma vida dedicada ao trabalho e aos pacientes, uma vida na qual acordamos cedo e chegamos tarde em casa, sempre tentando dormir cedo para ter foco e total dedicação ao trabalho. E isso só é possível com o apoio e compreensão da família.

Introdução

Envelhecer é uma arte. Apesar de a maturidade nos trazer sabedoria e o tempo ser o senhor de tudo, as marcas deixadas pela idade são implacáveis. Quem mais sofre com as rugas são as mulheres. Não que os homens não as tenham, mas, diferentemente das mulheres, eles não se importam tanto com aquilo que fica registrado na pele e acabam até sendo vistos como “charmosos”.

As mulheres – na maioria das vezes – entram em crise ao se depararem com o processo natural de envelhecimento. E, quando a idade chega, muitas delas, como a eterna Marilyn Monroe, costumam dizer que querem “envelhecer sem rugas”.

Será que é possível envelhecer sem rugas? Ou as rugas são um sinal, uma parte do percurso?

Eliminá-las por completo é algo que o ser humano busca fazer há muito tempo, principalmente ao saber que a população mundial viverá cada vez mais. Com a expectativa de vida maior, as pessoas sentem que o rejuvenescimento precisa ser discutido não apenas na saúde, mas também na estética.

Como cirurgião-plástico, atuei ao redor do mundo com os mais renomados cirurgiões e posso afirmar com convicção: o processo de envelhecimento não precisa ser tão sofrido, nem dolorido, para quem está incomodado com o que o espelho escancara. Os procedimentos ajudam a envelhecer bem

e, na maioria das vezes, a eliminar as queixas dos pacientes, podendo devolver a eles o conforto e a autoestima, além de trazer outros benefícios que acabam sendo observados assim que retomam suas atividades.

Hoje, existem dois públicos buscando e consumindo todos os tipos de procedimentos e cirurgias na face: aquele que não se aceita da forma que é e fica se comparando com as fotos que vê nas redes sociais; e aquele que aceita envelhecer, porém busca uma aparência mais jovial – esse é o público que eu busco ajudar.

Embora a febre seja “se tornar cada vez mais jovem a qualquer custo”, nem sempre é uma boa escolha seguir aquilo que os modismos trazem como a solução perfeita. Cirurgias corrigem *quase* tudo.

Na era das redes sociais, em que as selfies imperam com rostos perfeitos, esculpidos pelos filtros, as pessoas se tornam obcecadas pela aparência. Ninguém sabe o que é real e o que não é, mas fica um desejo latente de querer um rosto bonito.

O rosto é a marca pessoal que fica em todos os lugares. A data de nascimento pode ser alterada no seu perfil, mas você está sempre em busca de um rejuvenescimento, de algo que não deixe seu rosto aparentar a sua idade real.

Além da busca pela autoestima, muitas mulheres me procuram para rejuvenescer quando sentem que, dentro de suas profissões, a aparência conta muito. Vejo mulheres e homens que profissionalmente ficam incomodadas ao entrarem em reunião de trabalho em que mulheres (pessoas) mais jovens ou mais bem cuidadas interagem com mais segurança. Elas sentem que o rosto acaba sendo mais que um cartão de visitas. É um atestado de autocuidado, quase uma certificação que mostra a existência de algo que pode fazer seu lado profissional se destacar ainda mais.

Embora hoje os filtros permitam que se mude drasticamente a imagem, isso afasta muitas pessoas do que é real. De acordo com a Academia Americana de Cirurgia Plástica Facial,¹ as selfies em redes sociais estão influenciando a busca por cirurgias e tratamentos. Muitas querem os lábios de uma atriz famosa, as bochechas de outra, a expressão facial das influenciadoras.

Sejamos honestos: as redes sociais estão pautando a vida de todos. Se até os empregadores olham as redes antes de

1. Disponível em: <<https://nypost.com/2021/12/06/forget-botox-full-on-facelifts-are-hotter-than-ever/>>.

contratar alguém, buscando informações sobre as pessoas, os julgamentos pela aparência são cada vez mais constantes.

E isso pode ser bom e ruim ao mesmo tempo. Depois de décadas de profissão, eu, como cirurgião plástico, percebi que, embora muitas mulheres entrem no consultório com o único desejo de realçar a beleza ou rejuvenescer, várias ainda se pautam por desejos irreais. E como não temos material suficiente sobre o assunto, resolvi escrever este livro.

Como médico, tenho o dever de trazer informações e alertar as pessoas sobre os benefícios e as contraindicações dos procedimentos e como devem ser escolhidos de acordo com a necessidade específica.

Sou formado em cirurgia plástica pelo Hospital das Clínicas, o maior centro de reconstrução de cabeça e pescoço da América Latina, e minha pós-graduação foi justamente em microcirurgia e cirurgia da paralisia facial. Percebendo a necessidade de me aprofundar no assunto, trabalhei com os maiores cirurgiões plásticos do mundo no Klinikum München Bogenhausen, em Munique, um dos maiores centros de reconstrução de regiões da cabeça e pescoço na Europa. Especializei-me com grandes nomes na cirurgia facial no Brasil, em Nova Iorque e em outros países. Depois dessa experiência, percebi que era hora de compartilhar tudo que aprendi.

Hoje, atuo diariamente em cirurgias faciais e recebo a visita de colegas médicos que observam e aprendem as técnicas aplicadas. Aprendi, vi e testei muitos procedimentos, aplicando o que acredito que seja melhor, mas sem querer reinventar a roda.

O segredo é ver o que existe de melhor no mundo e aplicar no meu dia a dia para que as pessoas se sintam seguras e satisfeitas com suas aparências.

Se já existiu preconceito com relação às cirurgias plásticas, hoje elas são mais seguras do que os procedimentos estéticos feitos por profissionais não qualificados. Nada contra preenchimentos e aplicações, eu inclusive os faço em meu consultório. Mas acredito que, para cuidar de uma parte tão importante do nosso corpo, deveríamos verificar as credenciais dos profissionais que estão ali aplicando tais procedimentos, para que nada saia errado.

Muita gente gasta uma fortuna todos os anos para tentar ficar mais bonita, fazendo procedimentos com desdobramentos trágicos. Sinto informar, mas é possível ter um problema grave em decorrência de uma aplicação malfeita de um produto qualquer na sua pele por um profissional desqualificado para tal procedimento. E o pior é que, além de ninguém se responsabilizar por isso, na maioria das vezes não tem reparo.

Ainda assim, sou a favor dos procedimentos não cirúrgicos, desde que sejam bem indicados e feitos por profissionais efetivamente capacitados. Tenho excelentes parcerias com dermatologistas de todo o país e acredito que, quando profissionais sérios estão lidando com seu bem-estar, tudo corre bem.

O segredo é ver o que existe de melhor no mundo e aplicar no meu dia a dia para que as pessoas se sintam seguras e satisfeitas com suas aparências.

No entanto, já não existem tantos tabus para que as cirurgias aconteçam. E elas não são mais apenas para mulheres com a pele envelhecida. São indicadas principalmente para as mulheres que ainda têm um aspecto jovem, mas já trazem sinais que escancaram sua idade, e que perceberam que a antecipação é algo benéfico para elas na travessia do tempo. Ao fazerem isso, sentem a segurança e o benefício de uma juventude com maturidade.

As cirurgias às quais me refiro são aquelas que trazem um aspecto mais juvenil e favorecem mulheres com tecidos mais firmes. Nem preciso dizer o quanto os resultados são impressionantes. Vejo pacientes que gastam muito tempo e dinheiro em tratamentos que não trazem tanto resultado e,

ao realizarem a cirurgia plástica, saem com uma satisfação que perdura muitos anos.

Hoje temos o que há de melhor na medicina e podemos ressaltar a beleza natural de uma pessoa sem que seu rosto seja deformado por algo que descaracterize sua expressão. A cirurgia está revolucionando o mercado com técnicas cada vez mais positivas. Podemos mostrar a beleza de um rosto envelhecendo e os tratamentos que podem ser realizados. E tudo que pode favorecer a mulher: desde algo simples, como uma boa alimentação, até tratamentos não cirúrgicos ou invasivos, como procedimentos dermatológicos e rejuvenescedores.

Meu foco neste livro é falar sobre o assunto sem tabus, mas com responsabilidade, para ajudar você a tomar decisões, mostrando quais os lados positivos e negativos da cirurgia e dos procedimentos disponíveis.

Vejo todos os dias mulheres que decidiram olhar para o processo de envelhecimento e aprender com ele. Vaidosas, perdem a confiança na própria aparência e começam a buscar maneiras de se sentir mais confiantes com relação a elas próprias.

Mas existe uma diferença entre a demanda do mercado de celebridades e o que realmente requer uma intervenção cirúrgica. Por isso, é preciso rever o modo como você enxerga

as escolhas. Não quero que você fique plastificada ou *fake*, e sim com o aspecto rejuvenescido.

A ideia não é mudar o seu rosto. É conhecer os procedimentos e as técnicas você sobre lhe dar o poder de escolha. Este livro vai alertar para as ciladas e enrascadas, porque não quero que você perca tempo e dinheiro. E, principalmente, meu desejo é que você entenda o que é melhor para cada caso, porque não é todo produto ou técnica que vai funcionar para todo mundo.

Seu rosto é sua marca pessoal. Vamos cuidar dele com todo carinho e responsabilidade. Você merece.

Por fim, gostaria de agradecer a um profissional que colaborou com seus valiosos conhecimentos para este livro: Dr. Felipe Henning Gaia Duarte, especialista em endocrinologia e metabolismo pelo SBEM; doutor e pós-doutor em endocrinologia e metabologia pela Faculdade de Medicina da USP.

CAPÍTULO 1

Mais jovem, menos *fake*

“Você pode ser linda aos trinta, charmosa aos quarenta e irresistível para o resto da vida.”

COCO CHANEL

Muitas mulheres sonham em parecer mais jovens. Infelizmente nem todo produto, procedimento ou técnica – até mesmo uma cirurgia facial – vai funcionar para todas.

Para cada uma existe uma indicação, e, justamente por isso, existem profissionais comprometidos. A cada paciente que recebo em meu consultório, eu me empenho em saber quais circunstâncias a trouxeram até ali e o que ela quer e precisa naquele momento. Porque nem sempre o melhor resultado é aquele que trará satisfação imediata. Existem procedimentos que trazem resultados rápidos, mas duram trinta dias, e existem cirurgias faciais cujo efeito não é instantâneo, mas que permanecem por 10 a 15 anos. Exatamente por isso a primeira consulta é primordial. Como médico, me debruço sobre cada paciente, pensando em como beneficiá-la diretamente com a minha experiência profissional. Não é uma simples conversa.

O primeiro contato com a paciente é uma consulta mais resumida para entender como ela chegou até mim. Meu objetivo é saber o que a incomoda e como o meu trabalho pode ajudá-la. Geralmente, ela começa descrevendo o que não gosta em seu rosto – muitas vezes, o pescoço que despencou e não tem uma boa angulação, a mandíbula, os tecidos que caíram ao lado do queixo, os olhos, a sobrancelha. É comum que a

paciente diga que estava bem, mas, a partir de certo momento da vida, sentiu que envelheceu.

Minhas perguntas focam inicialmente em saber o que essa paciente já fez no rosto, a quais procedimentos cirúrgicos e dermatológicos foi submetida, para compreender o que foi feito nesse rosto e como evoluiu, para que seja possível saber o que a incomoda mais. Uma das maiores dúvidas das pacientes é o que vai realmente acontecer, já que estamos falando do rosto – e essa é uma região em que nada pode dar errado. A maior preocupação da paciente é obter um resultado natural.

Dessa forma, cada paciente que passa por um procedimento ou uma cirurgia me apresenta um relato de como sua vida foi transformada. As pessoas nem sempre imaginam que o resultado irá durar durante tanto tempo. O “antes e depois” das fotos é apenas um retrato, um frame da vida daquela pessoa que muitas vezes sofreu uma transformação total na maneira como se relacionava com seu dia a dia, seu parceiro, seus familiares ou seu ambiente de trabalho. No entanto, falar sobre rejuvenescer em uma época na qual existem tantas falsas promessas é um grande desafio.

Hoje, vemos uma explosão de cremes que prometem “efeitos milagrosos” e não trazem praticamente nenhum resultado no rejuvenescimento da face. Surgem “novidades”

A verdade é que, embora cada mulher tenha um estilo único, poucas sabem o que as faz especiais, o que as torna únicas. Beleza é um conceito a ser discutido, e nem sempre sabemos o que faz uma pessoa bonita aos nossos olhos.

em sites, televendas, recomendações de produtos instantâneos que seduzem e fazem as pessoas acreditarem que terão a fórmula mágica dentro de casa. Só que não.

Você que está lendo este livro já deve ter sido seduzida por um profissional ou vendedor que prometeu resultados fantásticos, como se rejuvenescer fosse tão simples quanto colocar

um filtro na foto do celular. E todo mundo já percebeu que isso não passa da velha história da carochinha.

O resultado é você sempre comprando tudo que dizem ser bom, gastando dinheiro e tempo, mas sem atingir seu objetivo. Os produtos de efeito rápido prometem uma aparência de boneca, mas você mal sabe o que precisa, o que quer, nem o que pedir direito. Às vezes, não sabe nem o que esperar. Por isso, vou lhe dar um conselho: conhecimento é poder. Em

outras palavras, saber o que fazer evita que você se frustrasse pagando por algo que não vai trazer o resultado esperado.

Além disso, seja qual for a razão pela qual você queira mudar alguma coisa, eu lhe digo: é preciso saber o que quer para ter um bom resultado. Na maioria das vezes, é uma combinação de fatores.

Por exemplo, não adianta tentar mudar o seu rosto com procedimentos e se tornar irreconhecível, ou até mesmo se tornar a caricatura de alguma famosa da internet (ou daquela mulher que nem mesmo sua mãe reconheceria). Mais importante do que ter o rejuvenescimento facial é saber que você não precisa ter aparência artificial para isso. Na verdade, uma aparência natural é tudo que eu quero que você tenha.

Outro exemplo: eu não atendo pacientes que chegam dizendo “estou precisando dar uma geral para arranjar um namorado”, porque essa pessoa não precisa de cirurgia, mas de terapia. Uma pessoa que acredita que mudanças físicas farão com que ela “tenha um bom relacionamento” estará eternamente insatisfeita com algo. Aliás, possivelmente depois da intervenção cirúrgica, essa mulher fatalmente vai descontar sua insatisfação interna no médico que a operou. E possivelmente estará sozinha, reclamando que não conseguiu nem o

resultado esperado, nem o namorado (por mais que a cirurgia tenha sido um sucesso).

A verdade é que, embora cada mulher tenha um estilo único, poucas sabem o que as faz especiais, o que as torna únicas. Beleza é um conceito a ser discutido, e nem sempre sabemos o que faz uma pessoa bonita aos nossos olhos.

Quando estive na África com minha esposa, visitamos tribos cujas integrantes mais bonitas tinham pescoços alongados por anéis. O que quero dizer é que cada cultura traz seu ideal de beleza e é difícil padronizar isso. Então, por que tentar se parecer mais com uma modelo, que tem o próprio padrão, em vez de realçar a própria beleza? O rosto é uma espécie de assinatura pessoal sua. É sua marca registrada. Por que apagar isso, em vez de realçá-lo?

Uma pessoa que chega aos 48 anos incomodada com o envelhecimento na pele, com a flacidez dos tecidos, e busca uma forma de se sentir melhor consigo mesma é uma mulher que sabe o que quer. Diferentemente daquela que se separou do segundo marido e acha que mudar a aparência vai fazer alguma diferença em sua vida. Existem vários tipos de pacientes que procuram intervenção cirúrgica, e posso dizer com convicção que, depois de tantos anos de experiência, que a

parceria entre paciente e cirurgião só dá certo quando todos são transparentes em suas intenções.

Rejuvenescer é possível, e hoje eu consigo um resultado fantástico sem que a mulher saia dali se sentindo parecida com todas as outras ou com o rosto esticado. Contudo, para que isso seja possível, precisamos manter essa assinatura pessoal. É preciso identificar, com um profissional qualificado, qual é o resultado ideal para você, dentro do seu estilo, da sua personalidade, dos seus desejos, e, a partir disso, entender o que o que vai deixar você feliz sem descaracterizá-la.

Uma mulher pode ter mais idade e continuar com uma aparência bonita. Envelhecer bem, sem esticar o rosto, poder ser linda sendo ela mesma (mesmo que queira parecer uma influenciadora famosa). Em outras palavras, é possível envelhecer sem perder a beleza e as características e contornos naturais do rosto.

Um dos grandes nomes da cirurgia facial, dr. Andrew Jacono, costuma dizer que acredita que algumas mulheres ficariam melhores se simplesmente parassem de mexer tanto no rosto. Eu concordo. Muitas erram a mão nos procedimentos estéticos malfeitos e exagerados, e acabam deixando “pior a emenda pior do que o soneto”, como diz a expressão popular.

E quem perde a expressão facial perde tudo. Uma pessoa sem expressão não é capaz de sorrir, demonstrar tristeza ou descontentamento. Ela simplesmente fica com a mesma feição o tempo todo.

A influência das redes sociais é tamanha que a pressão pela estética considerada “perfeita” influencia jovens e dita novos padrões de beleza. Temos de entender, no entanto, que são inúmeros os fatores que fazem uma pessoa ser bonita, e nem sempre os ideais de beleza correspondem ao que você acredita ser ideal para seu biotipo. Ao mesmo tempo, precisamos observar se a proporção do seu rosto está adequada, e isso inclui uma análise criteriosa da harmonia entre olhos, lábios, nariz, sobrancelhas e bochechas. E pode ter certeza de que nem sempre a famosa harmonização facial vai deixar você, de fato, harmônica. Basta um procedimento estético malfeito para você ficar insatisfeita para sempre.

Hoje, com todos os tipos de cirurgias que temos disponíveis, não existe mais espaço para amadorismo. Com a popularização de alguns procedimentos, vemos absurdos acontecendo – e que bom que as pessoas estão ficando mais atentas a isso. Como cirurgião plástico da face, eu sempre estou observando o que pode ser feito de melhor, com mais

resultado e harmonia, e, para isso, estudo obsessivamente os maiores médicos cirurgiões do mundo.

O fato é que o envelhecimento tem várias causas, e é fundamental falarmos sobre isso antes de entrar em uma sala de cirurgia.