



THE GREAT WALL OF VAGINA - JAMIE MCCARTNEY, 2008

Ninfoplastia

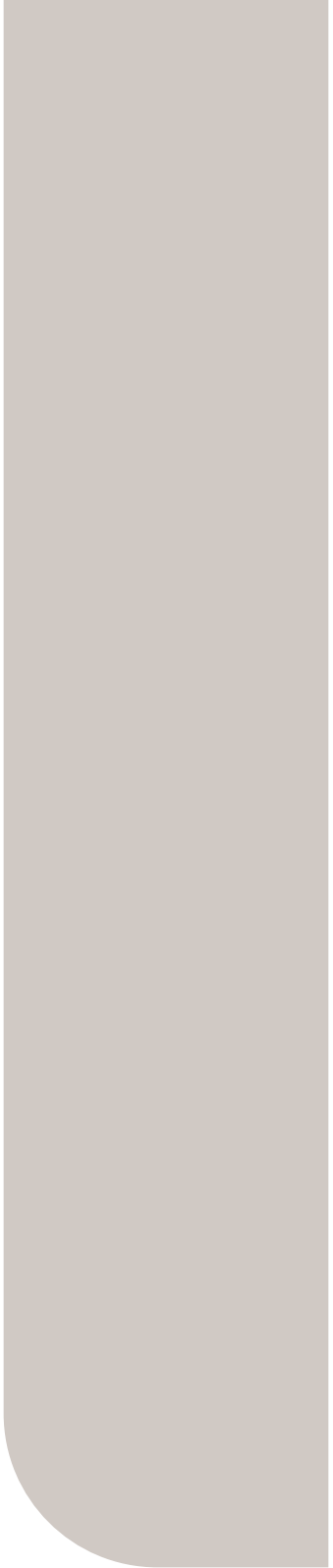
CIRURGIA ÍNTIMA

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.**

Fotos 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.**

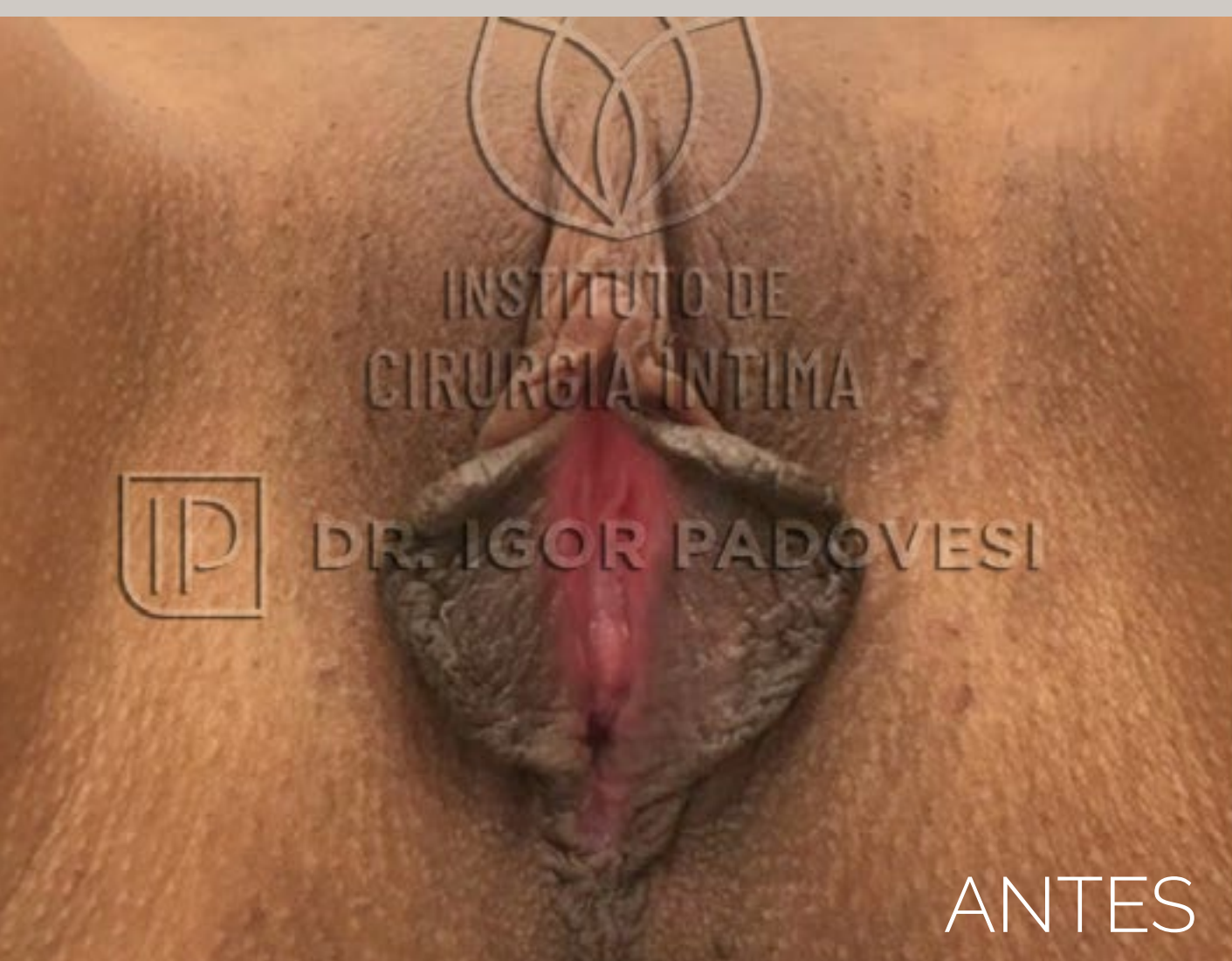


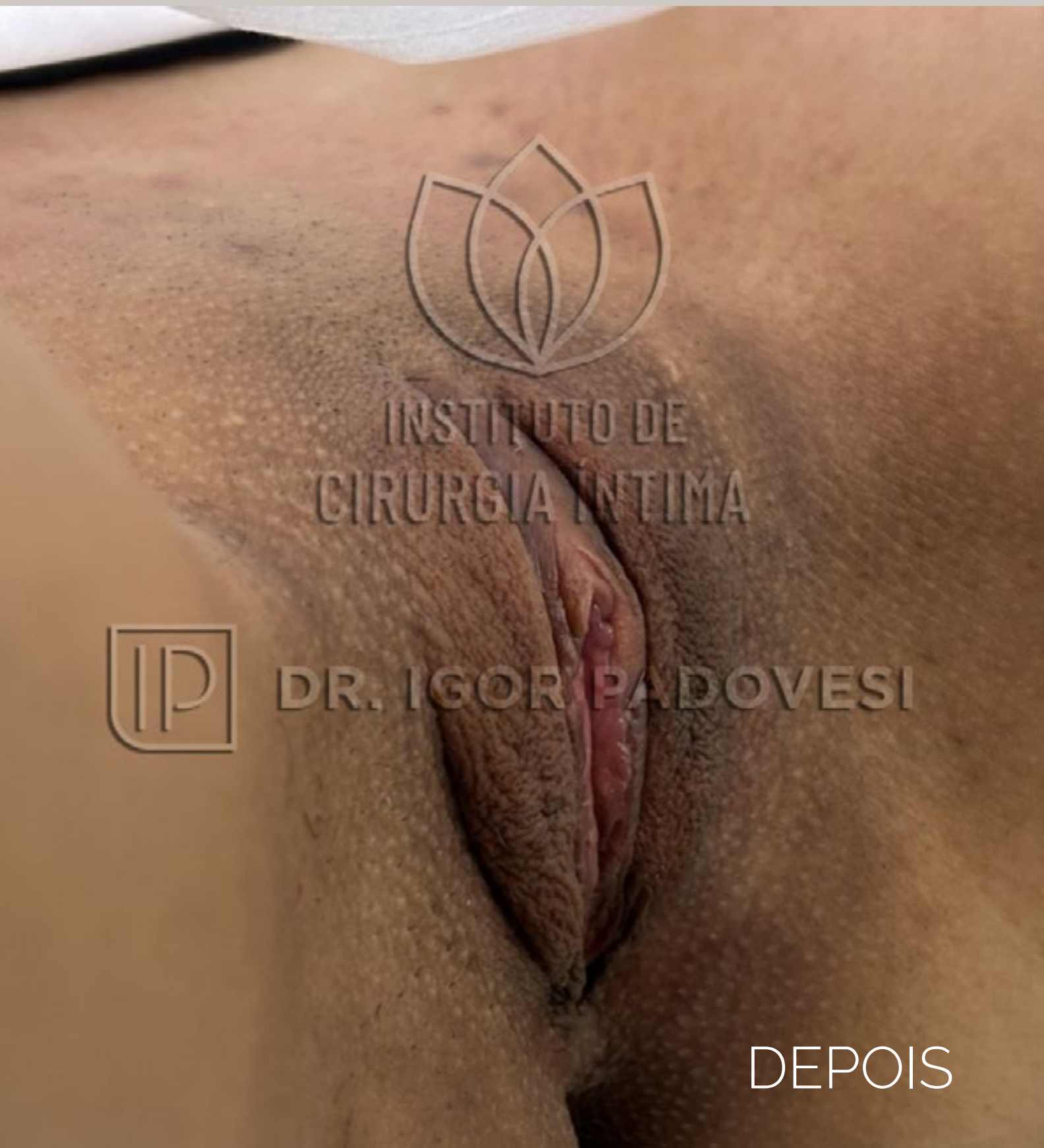


ANTES



DEPOIS







Como é realizada a ninfoplastia?

- pode ser realizada sem internação hospitalar, com anestesia local
- não é necessária a presença de acompanhante
- duração de aproximadamente 2h
- 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 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
- Aplicar uma pomada anestésica para alívio da ardência nos pontos e lavar normalmente com água e sabonete íntimo 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 30 a 40 dias
- Evitar exercícios físicos por 10 a 15 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.





Confira um estudo feito com
132 mulheres
que realizaram a
ninfoplastia

Saiba a **opinião** dessas **mulheres entrevistadas** que foi o resultado de um estudo apresentado pelo Dr. Igor no 4º Congresso Mundial de Estética Ginecológica na Colômbia.



**Quanto tempo,
aproximadamente,
você levou de
quando pensou
a primeira vez em
fazer a cirurgia até
realizá-la?**



**Depois de ter passado por
ela, você sentiu que deveria
ter realizado a ninfoplastia
antes?**



Você acha que ter feito a ninfoplastia contribuiu para a melhora da sua autoestima e para ter uma relação mais positiva com o seu corpo?



(0%) Nenhuma entrevistada relatou que piorou a autoestima e a relação com o seu corpo.

Em relação à sexualidade: você acha que ter feito a ninfoplastia melhorou o seu desejo, interesse por sexo e satisfação com as relações?



(0%) Nenhuma entrevistada relatou que piorou o desejo, interesse e satisfação.

Você acha que a ninfoplastia teve algum impacto negativo na sua sexualidade (piora da sensibilidade local, na lubrificação, nos orgasmos etc)?

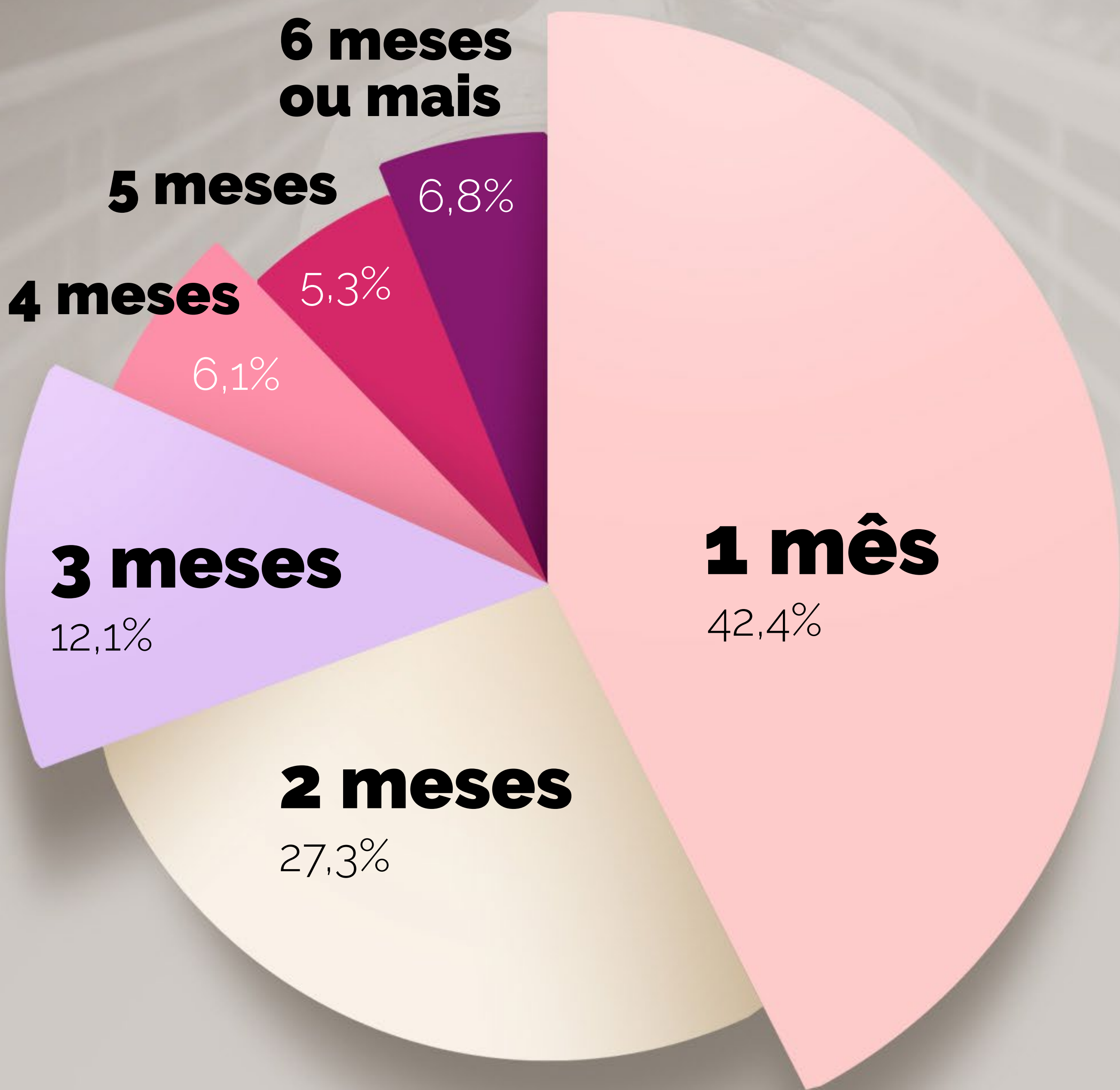


(0%) Nenhuma entrevistada relatou que piorou muito.

**Como foi para você
todo o processo de
realizar a ninfoplastia
(momento da cirurgia
até a recuperação
completa)?**



Quanto tempo levou,
aproximadamente, até você
não sentir mais nenhum tipo
de sensibilidade ou incômodo
relacionado à cirurgia?





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.

Como o Dr. Igor é um dos maiores especialistas no mundo e dá treinamentos para outros médicos nessa cirurgia, você terá duas opções de valores.

Ninfoplastia modelo

Conta com médicos alunos do Dr. Igor observando a cirurgia (geralmente de 2 a 4), além da assistente de sala. Custo bem reduzido em relação à cirurgia padrão (exclusiva).



Ninfoplastia



Ninfoplastia exclusiva

Somente uma assistente de sala auxilia o Dr. Igor durante a cirurgia.

Em ambas, a avaliação e toda a cirurgia são realizadas pelo Dr. Igor (os médicos apenas observam ao lado dele).

Para receber os valores atuais, entre em contato por Whatsapp.



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** Consulta de avaliação (presencial ou telemedicina)
- 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 **(confira as estatísticas do estudo acima)**.

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. A cirurgia pode ser realizada em adolescentes, mas depende de uma avaliação mais cuidadosa do caso. De fato, muitas meninas com hipertrofia dos pequenos lábios podem sentir uma grande piora da autoestima, principalmente nos dias atuais com o excesso de informações na internet, causando bloqueios e prejudicando seu desenvolvimento psíquico. Mas cada caso precisa ser avaliado individualmente, e apesar de não ser uma regra, é recomendado aguardar pelo menos os 16-17 anos. Na avaliação, 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. Esta é uma das principais vantagens do procedimento feito sob anestesia local no consultório, pois a mulher pode vir sozinha se não quiser compartilhar essa informação com ninguém, sem a exposição da cirurgia feita em hospital.

A ninfoplastia é realizada com laser?

Sim, e/ou com equipamento de radiofrequência microablativa fracionada. Existem diferentes tipos de equipamentos que permitem a realização da cirurgia de forma ambulatorial (em consultório), mas é importante esclarecer que a cirurgia é feita exatamente da mesma forma que a cirurgia hospitalar (com corte e pontos). Ao agendar uma avaliação, você receberá um vídeo pré-consulta no qual o Dr. Igor explica mais sobre isso e mostra vídeos dos diferentes equipamentos.

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.

Para mulheres de outros estados e países, a primeira consulta para avaliação é feita por telemedicina. Nesses casos a paciente é orientada a assistir ao vídeo explicativo pré-consulta, acessar diversas fotos exemplos de antes e depois, e se desejar, fazer upload de suas fotos para serem avaliadas durante a primeira consulta. O envio das fotos é feito por um link diretamente para o prontuário eletrônico, que está de acordo com as devidas regras de segurança da informação do Conselho Federal de Medicina e a LGPD. Isso facilita a primeira avaliação à distância e permite que o Dr. Igor já explique os detalhes técnicos do seu caso, mas não é obrigatório – algumas mulheres optam por só esclarecerem suas dúvidas nessa primeira avaliação.

O valor da consulta de avaliação para a ninfoplastia é depois 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?

Quando necessárias, podem ser realizadas também sob anestesia local em consultório a vaginoplastia ou perineoplastia (cirurgia para correção da flacidez vaginal após parto normal) e a himenoplastia. Outras cirurgias como a lipoaspiração do monte de Vênus, hipertrofia do clitóris (por uso de anabolizantes) ou a flacidez de pele dos grandes lábios, é necessária uma cirurgia convencional (hospitalar) com anestesia. Para essas cirurgias, geralmente é necessária uma cirurgia convencional com anestesia.

Outros procedimentos como o preenchimento dos grandes lábios, clareamento, rejuvenescimento (com laser) e aplicação de bioestimuladores podem também ser realizados pelo Dr. Igor após a ninfoplastia, para melhorar ainda mais o aspecto estético da região.

A ninfoplastia corrige o aumento do clitóris?

Depende se o “aumento” do clitóris é causado pela pele em volta dele (capuz clitoriano) ou pelo aumento do corpo do clitóris, causado por uso de hormônios masculinos (como testosterona, gestrinona, oxandrolona etc).

Nos casos de excesso de pele, sim: a abordagem do capuz clitoriano (chamada por alguns de “capuzplastia” como se fosse um procedimento adicional), na verdade faz parte da ninfoplastia. Na maioria dos casos de ninfoplastia, para se obter um bom resultado estético, é necessária a correção também do capuz do clitóris.

Já nos casos de hipertrofia do clitóris por uso de hormônios, em que corpo do clitóris é aumentado (e cresce ainda mais durante a excitação sexual), a cirurgia de correção é mais complexa e delicada. Precisa ser feita de forma tradicional (hospitalar com anestesia) e consiste na redução dos corpos cavernosos do clitóris para diminuir seu volume, preservando todos os nervos que conferem a sensibilidade.

O Dr. Igor é um dos pouquíssimos cirurgiões no mundo que têm expertise com essa cirurgia. Para mais informações e vídeos explicativos, confira no site do Instituto de Cirurgia Íntima e entre em contato com nossa equipe por Whatsapp.



Clique aqui para entrar em contato

Posso fazer a ninfoplastia se...

For virgem?

Sim, a ninfoplastia não mexe no hímen.

Estiver menstruada?

Sim. Recomendamos usar absorvente interno.

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.

Posso ter um acompanhante durante o procedimento?

Sim!

A maioria das pacientes fica sozinha durante o procedimento, mas não há nenhum problema se desejar permanecer acompanhada de alguém.





- Formado e pós-graduado pela USP, Doutorando pela UNIFESP, com tese na área de cirurgias íntimas
- Premiado com o 1º lugar no 4º Congresso Mundial de Ginecologia Estética (Colômbia, 2024), com apresentações científicas sobre ninfoplastias
- Fundador do Instituto de Cirurgia Íntima, no qual desenvolve assistência, ensino e pesquisas na área
- Membro do Cosmetic Gynecology Special Interest Group da IUGA (International Urogynecological Association)
- Membro Senior da ESAG – European Society of Aesthetic Gynecology
- Membro da AGEOC – Asociación de Ginecólogos Estéticos Colombianos
- Criador do Método NAFE (Ninfoplastia Ambulatorial Funcional e Estética) e instrutor de médicos nas técnicas de ninfoplastias
- Apresentou trabalho original com sua técnica de ninfoplastias no Congresso Mundial de Uroginecologia da IUGA (International Urogynecological Association) em Singapura, 2024
- Autor de publicações científicas nacionais e internacionais

Contato

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



DR. IGOR PADOVESI
ginecologia | obstetrícia