Dr. Mustafa Aydınol

Edição: setembro de 2026

GUIA DO DOENTE

# O Guia de Lipoaspiração e BBL

O que explico a cada paciente antes de uma lipoaspiração ou de um BBL em Istambul: o que a remoção de gordura pode e não pode mudar, como o VASER, o MicroAire e o Renuvion funcionam em conjunto, como um BBL é tornado seguro e como é realmente a sua recuperação.




**Dr. Mustafa Aydınol**

Cirurgião plástico, reconstrutivo e estético, Istambul


- Membro da ISAPS
- Sociedade Turca de Cirurgiões Plásticos Reconstrutivos e Estéticos
- Autorização de Turismo de Saúde, Ministério da Saúde da Turquia

# Antes de começar

A lipoaspiração é uma ferramenta de contorno, não uma operação de perda de peso. Remove a gordura persistente que a dieta e o exercício não eliminam, e não consegue remover a pele flácida. Uma clínica ética recomendará, por vezes, contra o procedimento. Isso é um sinal de bom senso, não de uma venda perdida.

Um BBL é, em primeiro lugar, uma lipoaspiração e, em segundo lugar, uma transferência de gordura. Na maioria dos pacientes, a lipoaspiração altera mais a silhueta, e a forma como a gordura é colocada decide se a operação é segura.

Leia este guia ao seu ritmo. Quando estiver pronto, envie-me algumas fotografias e dir-lhe-ei honestamente se a lipoaspiração é a ferramenta certa para o seu corpo.

**Dr. Mustafa Aydınol**

## Neste guia


01 O que a lipoaspiração pode fazer, e o que não pode

02 VASER, MicroAire e Renuvion

03 Quais as áreas e qual a abordagem

04 BBL: forma, feita com segurança

05 Resultados da minha prática

06 É um bom candidato?

07 A operação

08 Os seus dias em Istambul

09 Depois de regressar de avião a casa

10 Riscos e limites honestos

11 Como interpretar fotografias de antes e depois

12 Perguntas a fazer a qualquer cirurgião

13 Custo e como obter um orçamento

14 Sobre o Dr. Aydınol e o seu próximo passo

01

# O que a lipoaspiração pode fazer, e o que não pode

A lipoaspiração remove a gordura sob a pele através de incisões de alguns milímetros. As células de gordura removidas não voltam a crescer, mas as que restam podem ainda aumentar se ganhar peso significativo.

## Avalio cada área em três camadas

### Pele

Se irá contrair assim que a gordura desaparecer. Belisque-a: se ao soltá-la ficar uma dobra que permanece, a pele precisa de ser removida, e não apenas a gordura.

### Gordura

A gordura sob a pele, que a lipoaspiração trata: quanto existe, onde se situa e se pode ser transferida para outro local.

### Camada profunda

Gordura dentro do abdómen, em redor dos órgãos. A lipoaspiração não consegue alcançá-la, pelo que um abdómen firme e arredondado permanece.

## O que a lipoaspiração não fará

- Não é uma operação de perda de peso e não pode substituir uma dieta saudável e exercício regular.
- Não trata a celulite e não remove a pele flácida e pendente.
- Não alcança a gordura no interior do abdómen.

### Pele flácida e também gordura?

**Reafirmação da pele**

O Renuvion ou o Endolift ajudam a pele com flacidez leve a moderada a contrair após a lipoaspiração.

**Remoção de pele**

Quando a pele está pendente, uma abdominoplastia, lifting de braços ou lifting de coxas remove-a. Após uma perda de peso acentuada, a lipoaspiração isolada raramente é a resposta certa.

O limite honesto: se um beliscão na pele deixa uma dobra que permanece, nenhum dispositivo a fará retrair. Esse tecido tem de ser removido cirurgicamente. mustafaaydinol.com/pt-pt/renuvion-ou-abdominoplastia/

02

# VASER, MicroAire e Renuvion

Os nomes das técnicas são frequentemente utilizados como marketing. A maioria dos meus planos envolve duas a quatro áreas e várias ferramentas, cada uma desempenhando uma função.

### VASER e MicroAire

O VASER utiliza ultrassons para soltar a gordura, com menos hematomas e melhor retração da pele; é a técnica de eleição para trabalhos detalhados e esculpidos. O MicroAire remove então a gordura de forma uniforme.

### Renuvion no final

O plasma de hélio sob a pele, através das mesmas pequenas incisões, ajuda a pele com flacidez leve a moderada a contrair. Raramente o utilizo isoladamente, e o seu resultado é avaliado aos seis meses.

### E quanto à lipo 360 e à lipoaspiração HD?

A lipo 360 não é uma tecnologia separada; é uma abordagem que trata o abdómen, os flancos e as costas em conjunto, para que a cintura seja moldada de todos os ângulos. A lipoaspiração de alta definição é a mais exigente artisticamente e a menos tolerante a erros, e um cirurgião honesto recomendará, por vezes, contra ela.

**A técnica em si raramente é o problema. A tomada de decisão em torno dela é que o é.**

03

# Quais as áreas e qual a abordagem

Mais solicitados

### Abdómen e cintura

Gordura do abdómen e da cintura, geralmente com os flancos. Se a pele estiver flácida ou os músculos se tiverem separado, a abdominoplastia é a melhor ferramenta.

Toda a volta da cintura

### Lipo 360

O abdómen, flancos, parte superior e inferior das costas e linha do sutiã num único plano, para que a cintura seja moldada de todos os ângulos, não apenas de frente.

Teste do beliscão primeiro

### Braços e costas

Pele que volta ao lugar é um problema de lipoaspiração. A pele que permanece onde é colocada necessita, em vez disso, de um lifting.

Interna e externa

### Coxas e joelhos

Ancas, face externa e interna das coxas e joelhos. Em pele fina e flácida, a lipoaspiração pode piorar a flacidez, e eu dir-lhe-ei se for o caso.

Anestesia local

### Queixo e pescoço

Um queixo duplo tratado sob anestesia local com sedação leve, com cerca de três dias em Istambul.

Gordura ou glândula

### Peito masculino

A gordura é tratada com lipoaspiração; onde a glândula é o problema, esta é também removida. O trabalho de alta definição é possível onde a anatomia o permite.

## Muitas vezes planeado na mesma operação

- Um BBL, com a sua própria gordura transferida para as nádegas
- Uma abdominoplastia, quando a pele ou o músculo necessitam de reparação
- Cirurgia mamária, incluindo transferência de gordura para as mamas
- Renuvion ou Endolift onde a pele necessita de ajuda para tonificar

As combinações são planeadas com antecedência, como uma operação e uma recuperação. Essa é uma decisão de consulta, não uma escolha de menu.

04

# BBL: forma, feita com segurança

A gordura é retirada da cintura, flancos, costas e frequentemente do abdómen, processada e colocada em camadas finas. A forma como é colocada é a parte que não se consegue ver numa foto de antes e depois, e é a parte que deve decidir quem deixa operar em si.

### Apenas acima do músculo

Toda a gordura vai para a camada sob a pele, acima do músculo glúteo. Nenhuma vai para dentro ou por baixo do músculo, onde se situam as veias que podem transportar gordura para os pulmões.

### Guiado por ultrassom

O ultrassom mostra onde está a cânula. Cânulas rombas de pelo menos 4 mm nunca são inclinadas para baixo, com baixa pressão e movimento constante.

### Volume definido pelo tecido

O volume é decidido pelo seu tecido, não por um número alvo. O preenchimento excessivo é a razão mais comum para a morte da gordura transferida.

## A quem se adequa o BBL, e a quem não

- Precisa de gordura dadora suficiente, pele razoável sobre as nádegas e um peso estável.
- Se for muito magro, dir-lhe-ei em vez de fazer uma colheita agressiva. Os implantes podem ser, nesse caso, a melhor resposta.
- Se a pele das nádegas estiver flácida, um lifting é melhor. Adicionar volume sob a pele flácida torna a pele ainda mais flácida.
- Fumar diminui a quantidade de gordura que sobrevive, por isso é ainda mais importante antes de um BBL.

### Quanto da gordura permanece?

Uma parte significativa é reabsorvida nos primeiros três meses: cerca de 40 a 60 por cento da gordura transferida sobrevive, e o valor exato difere de pessoa para pessoa, pelo que ninguém o pode prometer. A forma que tiver aos três a seis meses é a que perdura, desde que o seu peso se mantenha estável, e alguns pacientes optam por uma segunda sessão.

05

# Resultados da minha prática

Estes são os meus próprios pacientes. Alguns dão permissão apenas para fotos posteriores, e eu indico-o por baixo de cada uma.

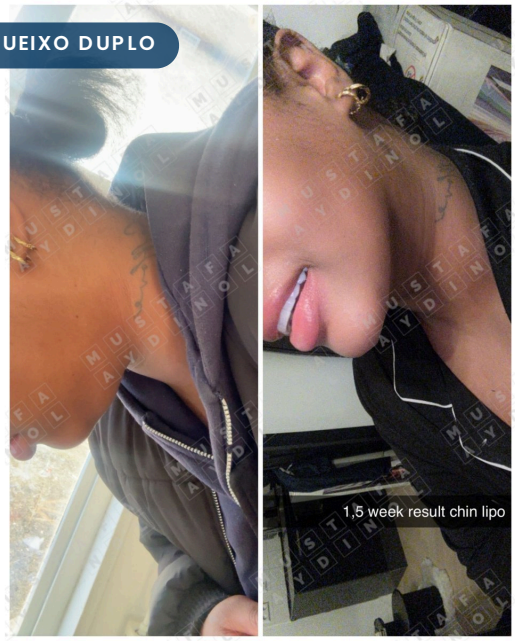
LIPOASPIRAÇÃO HD MASCULINA



LIPO E PEITO



QUEIXO DUPLO




Três pacientes

## Três áreas diferentes

Lipoaspiração de alta definição de um abdómen masculino; lipoaspiração com correção do peito masculino; e lipoaspiração de queixo duplo uma semana e meia após a cirurgia. Antes à esquerda, depois à direita.

# Mais resultados



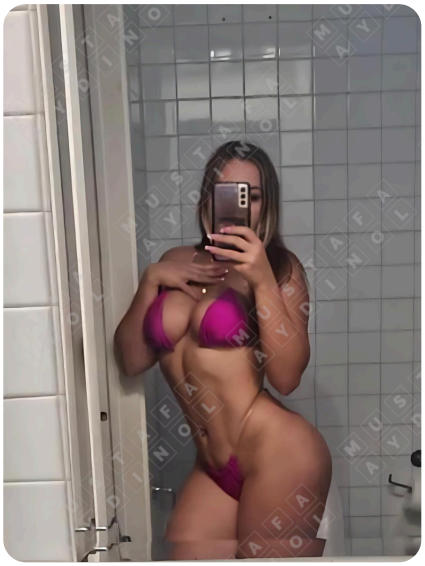
**Lipoaspiração 360 e BBL**

Com abdominoplastia e lifting mamário, 60 anos. Antes (esquerda) e uma semana depois (direita).



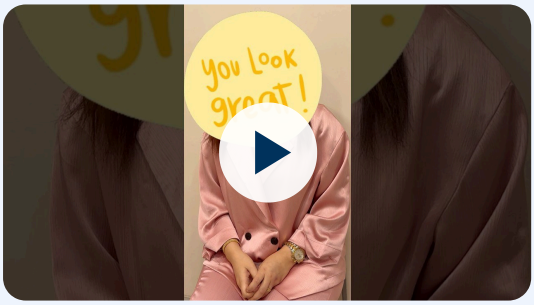
**Lipoaspiração e Renuvion**

Após a cirurgia. Este paciente deu permissão apenas para a foto posterior.



**Lipoaspiração, VASER e Renuvion**

Após a cirurgia. Apenas foto posterior, a pedido do paciente.




HISTÓRIA DE DOENTE

**Uma revisão após múltiplos procedimentos de lipoaspiração: VASER e Renuvion, com enxerto de gordura nas depressões.**

**Digitalize para ver**

**Mais resultados:** mustafaaydinol.com/pt-pt/galeria-de-antes-e-depois/

06

# É um bom candidato?

Os melhores candidatos estão próximos de um peso estável, com pele razoável e gordura persistente que a dieta e o exercício não alteraram.

## A maioria dos meus pacientes de lipoaspiração divide-se em três grupos

### Áreas persistentes

Gordura que permanece em áreas específicas com um peso estável: o abdómen, flancos, coxas, braços ou queixo.

### Forma e curvas

Lipo 360 com um BBL, para moldar a cintura e mover o volume para onde deseja.

### Homens

Abdómen, flancos e peito, com trabalho de alta definição onde a pele e a anatomia o permitem.

## Quando direi que não, ou ainda não

- Deseja perder peso. A lipoaspiração é uma ferramenta de contorno, e eu dir-lhe-ei isso mesmo.
- A sua pele está significativamente flácida, por exemplo, após uma grande perda de peso. A lipoaspiração isolada deixá-la-ia ainda mais flácida.
- O seu peso ainda está a mudar, incluindo com medicação para perda de peso. Normalmente quero que esteja estável durante quatro a seis meses.
- O seu IMC é 30 ou superior. A lipoaspiração e o BBL geralmente aguardam nesse caso, embora algumas outras operações possam ainda ser possíveis.

07

# A operação

**ANESTESIA**

Anestesia geral; local para áreas pequenas como o queixo

**TEMPO OPERATÓRIO**

Cerca de 1 a 4 horas; um BBL cerca de 3 a 4

**HOSPITAL**

Uma noite; duas quando combinada com abdominoplastia ou liftings

**DRENOS**

Geralmente retirados em dois a três dias, raramente mais tarde, dependendo do fluido que recolhem em 24 horas. Nunca voa de regresso a casa com drenos colocados.

**Remover volumes excessivos numa única operação é uma das causas de maus resultados. Planeio as áreas dadoras tão cuidadosamente como o local recetor, em vez de as tratar como uma fonte de matéria-prima.**

## Incisões e compressão

As incisões têm alguns milímetros de comprimento, colocadas em pregas cutâneas e áreas cobertas pela roupa interior, e desvanecem significativamente ao longo de doze meses.

Deverá usar uma cinta de compressão dia e noite. O uso noturno permanece obrigatório durante todo o período, porque o seu corpo não pode ser monitorizado enquanto dorme.

08

# Os seus dias em Istambul

Planeie cinco a sete dias em Istambul, e cerca de uma semana após um BBL.

**Dia 0**

### Cirurgia

A sua operação, seguida de uma noite no hospital. Caminhará a partir da primeira noite.

**Dias 1 a 4**

### Hotel e massagem

A massagem linfática começa em Istambul, com duas a três sessões incluídas. Os drenos saem geralmente em dois a três dias, dependendo da quantidade de fluido que recolhem em 24 horas.

**Após um BBL**

### Caminhar, descansar, sentar um pouco

Sentar por curtos períodos, até cerca de meia hora de cada vez, numa almofada que suporte o peso na parte de trás das coxas. Durma de barriga para baixo ou de lado.

**Dias 5 a 7**

### Verificação final e voo

A maioria dos pacientes voa para casa entre o quinto e o sétimo dia, após a verificação final. Após um BBL, leve a sua almofada para o voo.

**Planeador de recuperação**

Use o planeador de recuperação no meu site para transformar a data da sua cirurgia num calendário dia a dia para a sua viagem. mustafaaydinol.com/pt-pt/planeador-de-recuperacao/

09

# Depois de regressar de avião a casa

**1 a 2 semanas**

Trabalho de secretária a partir de cerca de uma semana após a lipoaspiração, duas semanas após um BBL. O seu primeiro banho por volta do décimo dia. Conduzir a partir de cerca do décimo dia, sobre uma almofada após um BBL.

**3 a 6 semanas**

Compressão durante pelo menos seis semanas, muitos pacientes até às oito; a partir da terceira semana, o uso diurno torna-se opcional, as noites permanecem obrigatórias. A massagem continua em casa, duas a três vezes por semana. Cardio leve a partir da terceira semana após lipoaspiração isolada.

**6 a 8 semanas**

Treino completo a partir da sexta semana após lipoaspiração isolada. Após um BBL, cardio leve a partir da sexta semana, sentar-se normalmente a partir da sexta semana e treino completo a partir da oitava semana.

**3 a 6 meses**

A maior parte do inchaço desaparece aos três meses, e o resultado final surge entre os três e os seis. O resultado que vê ao terceiro mês é moldado pelo que faz nas primeiras seis semanas.

## Normal nas primeiras semanas

- Inchaço e hematomas nas áreas tratadas
- Áreas firmes ou irregulares no início: a massagem é como engomar a pele
- Um BBL que parece maior agora do que parecerá aos três meses

## Contacte a minha equipa de imediato se notar

- Uma área que incha rápida ou dolorosamente
- Uma barriga da perna dolorosa ou inchada
- Falta de ar ou dor no peito
- Febre

10

# Riscos e limites honestos

Os riscos da lipoaspiração são hematomas, inchaço, irregularidades de contorno, assimetria, seromas, infeção e coágulos sanguíneos. Os maus resultados advêm geralmente de decisões: operadores não qualificados, seleção errada de casos, instalações inseguras e volumes excessivos.

### Contorno irregular

Ondulação, mossas ou assimetria. A remoção uniforme, a massagem e a compressão são importantes, tal como um limite honesto no volume.

### Seroma

Fluido acumulado sob a pele. Uma área que incha rápida ou dolorosamente precisa de ser vista, não se deve esperar que passe.

### Queimaduras com dispositivos

O Renuvion e o Endolift podem causar queimaduras ou irregularidades. O risco está relacionado com a técnica e as definições.

### Embolia gordurosa após BBL

Gordura que atinge os pulmões, o risco mais grave do BBL. Colocar a gordura apenas acima do músculo, sob ultrassom, previne-o; o risco publicado caiu cerca de seis vezes.

### Dois limites honestos

A lipoaspiração não protege contra o aumento de peso. As células de gordura removidas não regressam, mas as restantes podem aumentar.

A gordura transferida é parcialmente reabsorvida, pelo que um BBL é avaliado aos três a seis meses, sendo por vezes necessária uma segunda sessão.

11

# Como interpretar fotografias de antes e depois

Quase qualquer corpo parece mais magro de um ângulo elevado, com uma rotação das ancas, respiração sustida ou um filtro. Uma comparação justa mostra-lhe o quadro completo.

## O que procurar

- ✓ A mesma postura, distância e luz em ambas as fotografias.
- ✓ A pele, não apenas o contorno: ondulações ou mossas aparecem com luz lateral.
- ✓ Após um BBL, as vistas lateral e posterior, e se a cintura e as ancas fluem naturalmente.
- ✓ Marcas de data/hora. Ao fim de uma semana, o corpo ainda está inchado e contido pela compressão. Peça para ver resultados de três a seis meses.

**A qualidade da colocação vale mais do que os litros anunciados. Num BBL, o que mais importa é a parte que a foto não pode mostrar: onde a gordura foi colocada.**

12

# Perguntas a fazer a qualquer cirurgião

O cirurgião importa mais do que a técnica, e a estrutura em torno da cirurgia importa tanto quanto a própria cirurgia.

1. Tem certificação em cirurgia plástica, reconstrutiva e estética e de que sociedades é membro?
2. A lipoaspiração é a ferramenta certa para mim ou preciso de remoção de pele?
3. Que técnica utilizará para as minhas áreas e porquê?
4. Num BBL, exatamente onde é colocada a gordura e utiliza ultrassom?
5. Que volume planeia e como é decidido?
6. Durante quanto tempo usarei compressão e quantas massagens estão incluídas?
7. Quem me acompanha em Istambul após a cirurgia e quem contacto quando estiver em casa?
8. O que está exatamente incluído no preço?

### Sinais de alerta

- Um número prometido de litros ou cc
- Uma percentagem garantida de sobrevivência da gordura
- Falta de resposta clara sobre para onde vai a gordura do BBL
- Um pacote com preço muito abaixo do mercado

13

# Custo e como obter um orçamento

A lipoaspiração e o BBL em Istambul custam consideravelmente menos do que no Reino Unido, na Alemanha ou no resto da UE. Tenha cuidado com pacotes suspeitosamente baixos: os custos que as clínicas cortam são a cobertura anestésica, o tempo de operação e a orientação por imagem.

## O que determina o seu orçamento

- O número de áreas
- As técnicas utilizadas, tais como VASER e Renuvion
- Se a gordura é transferida, como num BBL
- Procedimentos combinados e o internamento hospitalar

## Como obter o seu orçamento

**1**

### Envie as suas fotografias

Vistas frontal, lateral e posterior das áreas que o incomodam, de pé e relaxado, com a sua altura e peso.

**2**

### Videochamada

Conversamos sobre o que deseja, o que o seu corpo permite e as suas questões.

**3**

### Orçamento por escrito

O seu plano e o seu orçamento por escrito, cobrindo o hospital, anestesia, acompanhamento em Istambul e as sessões de massagem no local.

14

# Sobre o Dr. Aydınol



Concluí a minha formação de especialidade em cirurgia plástica, reconstrutiva e estética na Universidade de Dicle (2012 a 2017) e tenho consultório próprio em Istambul desde 2020. O meu trabalho abrange rejuvenescimento facial, rinoplastia, cirurgia mamária e contorno corporal, sempre com a mesma regra: o procedimento certo no momento certo, ou um não honesto.

Doentes da Alemanha, Itália, Reino Unido, Médio Oriente e muitos outros países viajam para Istambul para serem operados comigo. A minha equipa e eu planeamos toda a viagem em torno da operação.

- Mais de 10.000 procedimentos
- Membro da ISAPS
- Sociedade Turca de Cirurgiões Plásticos Reconstrutivos e Estéticos
- Rhinoplasty Society of Europe
- Autorização de Turismo de Saúde, Ministério da Saúde da Turquia

## O seu próximo passo

Envie algumas fotografias por WhatsApp. Diga-me o que mais o incomoda e eu dir-lhe-ei com honestidade o que recomendaria.


**WHATSAPP** +90 544 772 07 72

**E-MAIL** info@mustafaaydinol.com

**CLÍNICA** Yeşilçimen Sokak No:12, Polat Tower Residence K:2 D:20, Fulya, Şişli, Istanbul


Envie-nos uma mensagem no WhatsApp

Planeie a sua recuperação

Lipoaspiração

Este guia é informação geral e não substitui uma consulta médica presencial. O seu plano, a operação e a sua recuperação dependem do seu exame individual.