



Pílulas
de
Saúde



SELFIES, ZOOM E RINOPLASTIA: EXISTE UMA RELAÇÃO?

A forma como enxergamos o próprio rosto mudou. *Selfies*, redes sociais e videochamadas nos colocaram diante da nossa própria imagem durante várias horas do dia, muitas vezes em ângulos e distâncias que não correspondem à maneira como somos vistos pessoalmente. Estudos já demonstraram associação entre maior tempo observando a própria imagem durante videochamadas e maior interesse ou aceitação de procedimentos estéticos.

O nariz talvez seja a estrutura mais afetada por esse fenômeno. Isso acontece porque as câmeras frontais dos *smartphones*, quando utilizadas a curta distância, distorcem as proporções da face. Em um estudo publicado no *Plastic and Reconstructive Surgery*, o nariz apareceu, em média, 6,4% mais longo em *selfies* feitas a cerca de 30cm do que em fotografias clínicas realizadas a uma distância adequada. A relação entre nariz e queixo também sofreu alterações significativas.

Essa exposição constante contribuiu para o fenômeno inicialmente chamado de “*Zoom dysmorphia*”: pequenas características que antes passavam despercebidas tornam-se objeto de atenção repetitiva. A *American Academy of Facial Plastic and Reconstructive Surgery* já havia identificado tanto a “*selfie awareness*” quanto o desejo de melhorar a aparência nas videoconferências como fatores relacionados à procura por procedimentos faciais, incluindo a rinoplastia.

Para o cirurgião plástico, isso traz um novo desafio: diferenciar uma queixa anatômica real de uma percepção influenciada pela câmera, pelos filtros ou pela exposição excessiva à própria imagem. A fotografia clínica padronizada e uma avaliação cuidadosa das expectativas tornam-se ainda mais importantes. Afinal, a rinoplastia deve buscar harmonia facial no mundo real – e não corrigir uma distorção produzida pela lente de um celular.

Dr. Daniel Gouveia Leal
Cirurgião Plástico