

Quarta-Feira, 27 de Maio de 2026

## **Beleza com planejamento**

O fim do ano é tempo de celebração, reencontros e também de cuidar da autoestima com consciência e antecedência. Com a chegada das festas e confraternizações, cresce o desejo de se sentir mais bonita, confiante e preparada para os momentos especiais.

É natural querer estar bem nas fotos, nas reuniões em família e nas celebrações de encerramento de ano. Porém, quando o assunto é harmonização facial, é essencial compreender que a pressa é inimiga dos melhores resultados.

A harmonização facial é uma das técnicas mais modernas e seguras para realçar a beleza natural, mas exige planejamento, avaliação personalizada e tempo de adaptação. Diferente de uma maquiagem ou de um novo corte de cabelo, ela envolve uma análise cuidadosa das proporções do rosto, escolha criteriosa das técnicas e dos produtos, e o período necessário para que o organismo se adapte e revele o efeito ideal.

Procedimentos como a toxina botulínica (Botox) atingem o pico de ação entre 10 e 15 dias após a aplicação. Já os bioestimuladores de colágeno e os fios de sustentação facial, que ajudam a reposicionar tecidos e redefinir contornos, podem levar semanas ou até meses para entregar o resultado ideal e desejado.

Por isso, quem deseja estar radiante nas festas de fim de ano deve iniciar agora o seu plano de cuidados, garantindo naturalidade, harmonia e segurança. Outro ponto importante é o tempo de recuperação.

Mesmo sendo procedimentos minimamente invasivos, é normal que ocorram pequenos inchaços ou leves hematomas. Quando realizados com antecedência, esses efeitos passam de forma tranquila, sem comprometer o bem-estar nem a rotina social, o que é essencial em um período tão movimentado.

Planejar a harmonização facial com calma permite criar um protocolo personalizado, respeitando a anatomia, o estilo e o ritmo de cada paciente. O objetivo não é transformar, mas realçar o que há de mais bonito e autêntico em cada pessoa. Quando feita com técnica e bom senso, a harmonização facial não altera a identidade, apenas revela um rosto mais leve, harmônico e cheio de vida.

O fim do ano é um convite à beleza e à autoestima, mas também ao equilíbrio. E não há nada mais elegante do que encerrar um ciclo se sentindo bem consigo mesma com expressões suaves, contornos definidos e um brilho genuíno no olhar, aquele que nasce da satisfação de quem decidiu cuidar de si com consciência e amor.

Se há um momento certo para investir em você, é agora. Agende sua avaliação com um profissional de confiança e comece o novo ano refletindo o que há de mais bonito em você: sua própria essência.

*Nayara Cerutti é especialista, palestrante e professora em Harmonização Facial*