



## EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

# Reconstrucción mamaria con expansor de tejido

Esta información le ayudará a aprender cómo cuidar de usted misma después de la cirugía de reconstrucción mamaria con un expansor de tejido y le ayudará a prepararse para el proceso de del expansor de tejido.

Usted tendrá colocado un expansor de tejido durante la cirugía de reconstrucción mamaria. Un expansor de tejido es un implante mamario vacío que se llenará con solución salina normal durante 6 a 8 semanas. Este proceso lentamente estira la piel y el músculo pectoral (el músculo grande del tórax). Cuando el montículo de la nueva mama alcanza el tamaño adecuado, detendremos el proceso de expansión.

Aproximadamente 6 a 8 semanas después de finalizada la expansión de tejido, le realizaremos una segunda cirugía para retirar el expansor de tejido e introducir el implante mamario permanente. Si le realizarán quimioterapia o radioterapia, el médico le dirá cuándo se colocará el implante.

Este recurso tiene la finalidad de complementar, no reemplazar, las conversaciones con sus médicos y enfermeras. Es posible que parte de la información no se aplique a su caso. Asegúrese de preguntar al cirujano plástico o enfermera si tiene cualquier pregunta.

## ■ Qué esperar después de la cirugía

### Drenaje(s) Jackson-Pratt®

Es posible que se coloquen uno o 2 drenajes pequeños de plástico, llamados drenajes Jackson-Pratt® (JP), cerca de la incisión. El/los drenaje(s) recogen el fluido que normalmente se desarrolla debajo de la piel después de la cirugía. El/los drenaje(s) en general permanecen colocados durante 1 a 2 semanas después de la cirugía.

Si la envían a casa con un/unos drenaje(s) colocado(s), las enfermeras le enseñarán cómo cuidarlo(s).

También puede ver un video que muestra cómo cuidar de los drenajes en:

[www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/resources/how-care-your-jackson-pratt-drainage-system](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/resources/how-care-your-jackson-pratt-drainage-system)

### Dolor y sensaciones

Tendrá cierto malestar después de la cirugía. Puede tener una sensación punzante a lo largo de la incisión y el/los sitio(s) de drenaje pueden picar. También puede observar algo de sensibilidad en la parte inferior de la caja torácica. Estas sensaciones disminuirán gradualmente. Puede tomar un medicamento para el dolor cuando lo necesite. Asegúrese de pedirselo al médico o enfermera para estar lo más cómoda y activa posible.

Otras sensaciones comunes que puede experimentar después de la cirugía incluyen:

- Entumecimiento debajo del brazo y en el tórax del lado afectado (el lado de la cirugía).

- Calor en el brazo del lado afectado.
- Una sensación de agua goteando hacia abajo en el brazo del lado afectado.

Estas sensaciones son ocasionadas porque durante la cirugía se cortan o mueven nervios. Gradualmente, mejorarán con el paso del tiempo, pero cierto grado de entumecimiento puede ser permanente.

### **Incisión**

Después de la cirugía, tendrá una venda de gasa que cubre la incisión de la mastectomía. La venda se mantendrá en su lugar mediante una cinta transparente o bien un sostén quirúrgico.

La incisión en todo el montículo de la mama se cerrará con puntadas. Estas puntadas se disolverán y no es necesario retirarlas. Usted puede ver algo de enrojecimiento y manchas de sangre leves en el apósito de gasa que cubre la incisión. También puede tener sensibilidad a su alrededor. Estos son signos normales después de la cirugía.

Al comienzo, el tamaño de la mama reconstruida será mucho menor que la otra mama. Esto se debe a que el expansor de tejido no estaba completamente lleno cuando se insertó. Antes de irse a casa y con la presencia de la enfermera, nos gustaría que usted con suavidad tocara el montículo de la nueva mama. Es posible que pueda sentir el puerto que se utiliza para llenar el expansor de tejido debajo de la piel.

Cuando salga del hospital, la incisión estará cubierta por un apósito de gasa. Continúe usando el sostén quirúrgico las 24 horas del día hasta que el médico le dé otras instrucciones.

### **■ Primera cita de seguimiento**

La primera cita de seguimiento después de la cirugía será 1 a 2 semanas después de la cirugía. Llame al consultorio del cirujano plástico para concertar la cita una vez que le hayan dado el alta del hospital.

### **Retirar el drenaje**

Durante esta cita, el cirujano plástico y la enfermera le examinarán la incisión de la mama para asegurarse que está cicatrizando bien. Si la enviaron a casa con un/unos drenaje(s), el médico o enfermera lo(s) retirarán si la cantidad de drenaje es menor a 30 mL (1 onza de fluido) en 24 horas, por drenaje. La mayoría de las personas describen el retiro del drenaje como un leve tirón o una sensación punzante que dura solo unos pocos minutos. No será necesario que tome medicamento para el dolor para el proceso de retirar el drenaje.

Después de retirar el/los drenaje(s), continúe usando el sostén quirúrgico o puede usar su propio sostén, que le proporcione soporte. El sostén:

- Debe ser cómodo.
- No ser demasiado ajustado.
- No tener varillas.

### **■ El cuidado de los sitios de drenaje y la incisión**

#### **Ducha**

No tome una ducha ni humedezca la venda durante las primeras 48 horas después de la cirugía.

Si tiene un drenaje(s) que están cubiertos con una protección transparente, a prueba de agua, puede ducharse 48 horas después de la cirugía.

Si tiene un/unos drenaje(s) que no está(n) cubierto(s) con una protección a prueba de agua o la protección se ha caído, puede tomar una ducha de la cintura para abajo mientras tenga colocado el drenaje. Una vez que se lo retiren, espere 48 horas para tomar una ducha completa.

Después de retirar el/los drenaje(s), es posible que algo de fluido continúe filtrándose del sitio. Este drenaje es normal y puede esperarse que se prolongue de 24 a 48 horas, hasta que el sitio esté completamente cicatrizado. Cubra el área con un apósito de gasa estéril y cámbiela si se humedece.

Una vez que el/los sitios del drenaje haya(n) cicatrizado, tome una ducha todos los días para ayudarlo a mantener limpia la incisión. No tome baños en la tina hasta que la incisión haya cicatrizado completamente porque empaparlos puede aumentar el riesgo de infección durante aproximadamente 6 a 8 semanas después de la cirugía.

Antes de entrar a la ducha, quítese el sostén y el apósito de gasa. Compruebe la temperatura del agua primero con la espalda o la mano porque el entumecimiento puede impedirle detectar el calor en el área afectada.

Lave con agua tibia y un jabón suave, sin fragancia. Limpie con suavidad la parte superior del tórax y permita que el agua corra hacia abajo sobre las incisiones y enjuague bien. No frote la incisión ni dirija el chorro de la ducha a la mama reconstruida. Seque la incisión dando palmaditas con una toalla limpia; no la frote.

Solo use una afeitadora eléctrica para afeitarse debajo del brazo del lado afectado. Esto es para evitar cortarse, que posiblemente usted no sienta debido al entumecimiento. Un corte podría llevar a una infección.

Después de la ducha, inspeccione cuidadosamente la incisión y el/los sitio(s) de drenaje. Para hacerlo, párese delante de un espejo en una habitación con buena iluminación. Llame al cirujano plástico o enfermera si tiene alguno de los siguientes signos o síntomas de infección:

- Enrojecimiento nuevo de la piel
- Nuevo drenaje de la incisión
- Nuevo aumento de la hinchazón
- Temperatura de 101° F (38.3° C) o más

Cuando haya finalizado la inspección, coloque un apósito de gasa limpio sobre la incisión, y colóquese el sostén.

## ■ Qué esperar durante la expansión de tejido

Durante la segunda visita al consultorio, se le realizará la primera expansión de tejido. La enfermera le introducirá solución salina normal en el expansor de tejido a través del puerto utilizando una pequeña aguja. Cada cita para la expansión lleva aproximadamente 20 minutos.

Después de la expansión de tejido, es posible que sienta algo de tensión y plenitud en el área de la mama y alguna molestia en el hombro o la espalda. Esto en general mejora en unos pocos días.

Después de cada expansión, la mama reconstruida se agrandará. Sin embargo, la mama no tomará su forma definitiva hasta que se inserte el implante permanente.

### **Aumentar su comodidad**

Entre las expansiones de tejido, algunas cosas que puede hacer para aumentar su comodidad:

- Tomar duchas calientes.
- Tomar medicamentos para el dolor de venta libre, como acetaminofeno (Tylenol®) o ibuprofeno (Advil®).
- Aplique un humectante sin fragancia (por ejemplo Eucerin®, Lubriderm®) a la piel de la mama. No coloque el humectante directamente sobre la incisión durante 6 semanas después de la cirugía.
- Haga los estiramientos para la parte superior del brazo y los otros ejercicios que se indican en el recurso [Ejercicios después de la cirugía mamaria \(Exercises After Breast Surgery\)](#) que le entregó la enfermera.
- Use sostenes suaves, que le proporcionen soporte. No use sostenes con varillas.

### **Actividades diarias**

Después de cada expansión de tejido, usted debe continuar con sus actividades normales. Puede regresar al trabajo o hacer tareas del hogar livianas unas pocas horas después. También puede conducir cuando tenga el rango completo de movimiento en el hombro del lado afectado y no esté tomando ningún medicamento para el dolor. Sin embargo, siga las restricciones relacionadas con la actividad física que enumeramos a continuación:

- Evite los ejercicios intensos a menos que el médico los apruebe. Por ejemplo, no trote, ni salte ni corra.
- No levante ningún objeto que pese más de 5 libras con el brazo afectado durante 6 semanas después de la cirugía. **Confirme con el cirujano de mamas si le han extirpado una gran cantidad de ganglios linfáticos—las restricciones de levantar peso de por vida pueden ser diferentes.**
- Si su trabajo requiere levantar 10 libras o más, es posible que deba cambiar su programa de trabajo hasta que sea seguro para usted levantar objetos pesados.
- No haga ningún tipo de ejercicio que endurezca o aumente los músculos del tórax.
- Cuando viaje una gran distancia en automóvil, coloque algo acolchado sobre el cinturón de seguridad si cae directamente sobre el expansor de tejido. No evite usar el cinturón de seguridad.

### **Otras precauciones mientras tenga colocado el expansor de tejido**

- No puede realizarse una resonancia magnética (MRI, por sus siglas en inglés). Puede hacerse otras pruebas de imágenes, como una gammagrafía ósea, tomografía computada (CT, por sus siglas en inglés) o radiografías.
- No se sumerja en una piscina, tina de baño, jacuzzi, etc., hasta que el médico o la enfermera lo aprueben. Esto es para reducir el riesgo de irritación o infección en la incisión.
- Los sitios quirúrgicos pueden tener menos sensibilidad. **No coloque una almohadilla térmica o compresa caliente o fría sobre los sitios quirúrgicos.** Esto es para prevenir quemaduras o daños a la piel.
- El expansor de tejido puede hacer sonar la alarma de los dispositivos de seguridad en los aeropuertos. Dígale al médico o enfermera si tiene planeado viajar; le darán una carta para llevar con usted.

## Consejos referidos a la ropa

Como el cirujano plástico le explicó, el expansor de tejido tendrá una sobreexpansión. A medida que usted se acerca al final de la expansión, la mama reconstruida puede lucir más grande que la otra mama (si solo se operó 1 mama). Para ayudar a equilibrar su apariencia, puede rellenar el sostén con una forma de mama suave. Puede comprarla en la Breast Boutique en el Evelyn H. Lauder Breast Center (300 East 66<sup>th</sup> Street, 646- 888-5330). Esta forma de mama es una bolsa de nailon liviana, y el tamaño puede ajustarse para adecuarse a la mama opuesta agregando o quitando la pelusa de algodón que tiene dentro. Esto es especialmente útil a medida que el montículo de mama se agranda durante la expansión.

También puede recubrir el sostén con gasa suave. Reemplace la gasa frecuentemente para asegurar que siempre esté limpia.

Algunos otros consejos para la ropa incluyen usar:

- Blusas, tops y suéteres holgados
- Tops tejidos oscuros debajo de una blusa, suéter o blazer abiertos más holgados
- Tops con rayas diagonales
- Estampados asimétricos
- Un chal o pañuelo en el cuello

## ■ Después de completar la expansión de tejido

Una vez finalizada la expansión de tejido, se programará la próxima etapa de la reconstrucción mamaria. Esta etapa consiste en la remoción del expansor y la colocación del implante permanente mediante una cirugía. La cirugía se realizará 6 a 8 semanas después de completar la expansión para que la piel pueda descansar. Esta fecha puede cambiar si usted necesita otros tratamientos como quimioterapia o radioterapia.

La cirugía para retirar el expansor de tejido e insertar el implante permanente lleva aproximadamente 1 hora para cada lado. Si se realiza un procedimiento de emparejamiento en la otra mama para emparejar la forma y tamaño de la mama reconstruida, lleva más tiempo. En general, la cirugía puede hacerse en el Hospital de Día Quirúrgico (SDH, por sus siglas en inglés). Usted podrá irse a casa 3 a 4 horas después de la cirugía.

Las últimas etapas de reconstrucción incluyen la reconstrucción del pezón y el injerto de grasa, de ser necesario. Si usted decide hacerse la reconstrucción de pezón, en general se realiza aproximadamente 2 a 4 meses después de la colocación del implante permanente. La reconstrucción del pezón puede hacerse ya sea en el SDH o en el consultorio del cirujano. Si el pezón/la areola reconstruidos necesitan oscurecerse, el tatuaje del área puede hacerse en el consultorio. De ser necesario, el injerto de grasa se realizará en la sala de operaciones en el SDH. Puede hacerse al mismo tiempo que la reconstrucción del pezón.

Si tiene algunas preguntas o inquietudes, hable con su médico, enfermera u otro miembro del equipo de atención de su salud. Puede comunicarse con ellos de lunes a viernes de 9:00 am a 5:00 pm al \_\_\_\_\_. Después de las 5:00 pm, durante los fines de semana y días festivos, llame al \_\_\_\_\_. Si no se indica un número o no está seguro, llame al (212) 639-2000.