



Instrucciones para el cuidado después de la reconstrucción de mama mediante el uso de un extensor de tejidos

- Deje de tomar su antibiótico (Stop taking your antibiotic):
 - hoy (today)
 - mañana (tomorrow)
 - después de terminar la dosis recetada (after you finish your prescribed dose)
 - otra opción (other) _____
- Está bien ducharse (It's OK to take a shower):
 - hoy (today)
 - mañana (tomorrow)
 - en 48 horas (2 días) (in 48 hours (2 days))
 - espere hasta la próxima cita (wait until your next appointment)
- Está bien comenzar a usar desodorante y rasurarse con una rasuradora eléctrica (It's OK to start using deodorant and shaving with an electric razor):
 - hoy (today)
 - mañana (tomorrow)
 - espere hasta la próxima cita (wait until your next appointment)
 - otra opción (other) _____

- Comience a hacer sus ejercicios de amplitud de movimiento sobre la cabeza (start your overhead range of motion exercises):

hoy (today)

mañana (tomorrow)

espere hasta la próxima cita (wait until your next appointment)

otra opción (other) _____

Cómo cuidarse la(s) mama(s) (How to care for your breast(s)): _____

Cómo cuidar su(s) sitio(s) de drenaje (How to care for your drain site(s)): _____

El tamaño de su extensor de tejidos es (Your tissue expander size is):

La cantidad en su extensor ahora es (The amount in your expander now is):

Si le van a realizar una imagen por resonancia magnética (IRM), asegúrese de que su equipo de IRM sepa que tiene un extensor de tejidos. Es seguro hacerse una IRM en algunas situaciones, pero no en todas. Esto depende de la razón por la que necesita IRM. Si tiene preguntas, hable con su equipo de atención o envíe un correo electrónico a MRISafety@mskcc.org.

Cosas que deben evitarse

- No levante nada que pese más de 10 libras (4.5 kilogramos).
- No realice ninguna actividad vigorosa durante 6 semanas después de la fecha de la cirugía.
- No use almohadillas térmicas ni aplique hielo en el pecho.
- No use sostén con varillas.
- No moje la incisión ni coloque loción hasta que esté curada (cuando no haya costra).

Su equipo de atención le informará cuándo puede volver a hacer estas cosas.

Cuándo llamar al proveedor de cuidados de la salud

Llame a su proveedor de cuidados de la salud si nota lo siguiente:

- Inflamación o aumento del tamaño de su mama.
- Inflamación debajo de los brazos.
- Enrojecimiento en el pecho.
- Fiebre de 100.5 °F (38.3 °C) o más.
- Escalofríos.

Después del horario de atención, los fines de semana y los feriados, llame al 212-639-2000. Pida que le comuniquen con el Servicio de Cirugía Plástica (Plastics Service).

Servicios de apoyo

MSK cuenta con muchos recursos que pueden serle útiles. A continuación, se encuentran algunos que a menudo se utilizan después de la cirugía de reconstrucción de mama. Si le interesa el trabajo social, la fisioterapia o la terapia ocupacional, pídaenos que le derivemos.

Centro de Orientación

www.msk.org/counseling

646-888-0200

Muchas personas consideran que el asesoramiento les ayuda. Ofrecemos orientación a personas, parejas, familias y grupos, así como medicamentos para la ansiedad y la depresión. Para programar una cita, pida una referencia a su proveedor de cuidados de la salud o llame al número que se proporcionó anteriormente.

Evelyn H. Lauder Breast Center Boutique

646-888-5330

La tienda tiene una vasta selección de prótesis, sostenes quirúrgicos, camisolas, prendas de baño y otros artículos necesarios. Cuenta con personal profesionalmente certificado para ofrecerle ayuda. La dirección es:

Evelyn H. Lauder Breast Center, 2nd Floor
300 E. 66th St.
Nueva York, NY 10065

Programa de Medicina Integral

www.msk.org/integrativemedicine

Nuestro Servicio de Medicina Integral (Integrative Medicine Service) ofrece muchos servicios que complementan la atención médica tradicional, como musicoterapia, terapias mentales y corporales, terapia de baile y movimiento, yoga y terapia de contacto. Para programar una cita para usar estos servicios, llame al 646-449-1010.

Puede programar una consulta con un proveedor de cuidados de la salud en el Servicio de Medicina Integral. Ese profesional trabajará con usted para diseñar un plan para tener un estilo de vida saludable y hacer frente a los efectos secundarios. Para programar una cita, llame al 646-608-8550.

Si tiene preguntas, contacte a un integrante del equipo de atención directamente. Si es paciente de MSK y necesita comunicarse con un proveedor después de las 5:00 pm, durante el fin de semana o un día feriado, llame al 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite www.msk.org/pe y busque en nuestra biblioteca virtual.

Instrucciones para el cuidado después de la reconstrucción de mama mediante el uso de un extensor de tejidos: última actualización el 2 de octubre de 2023

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center