Memorial Sloan Kettering Cancer Center

EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

# Cuidado después de la cirugía de reducción de mamas

En esta información se explica cómo cuidarse luego de la cirugía de reducción de mamas.

## Información sobre la cirugía de reducción de mamas

La cirugía de reducción de mamas, también conocida como mamoplastia, se realiza para eliminar el exceso de grasa, tejido y piel de las mamas. Esto ayudará a levantar y remodelar la mama y mejorará el posicionamiento del pezón. Puede optar por someterse a una cirugía de reducción de mamas después o al mismo tiempo que otro procedimiento para ayudar a que sus mamas coincidan en tamaño y forma.

Si le van a realizar una tumorectomía (cirugía para extirpar un tumor de la mama), es posible que tenga la opción de someterse a una reducción oncoplástica al mismo tiempo que su cirugía. Esto consiste en que su cirujano plástico reordene el tejido que queda en su mama durante su cirugía. Puede optar por una reducción en la otra mama para que ambas mamas tengan un tamaño lo más similar posible.

Es posible que deba realizarse una mamografía antes de esta cirugía. Su proveedor de cuidados de la salud le brindará más información.

Podrá irse a casa el mismo día de su cirugía. Debe contar con un cuidador responsable que le lleve a su casa. Un cuidador responsable es alguien que le ayude a llegar bien a casa y que se comunique con los proveedores de cuidados de la salud en caso de que usted tenga alguna inquietud.

Asegúrese de planificar eso antes de que llegue el día de su cirugía o procedimiento. Está bien tomar un taxi o un servicio de auto pero, aun así, debe contar con un cuidador responsable para que le acompañe.

# Después de su cirugía

## Incisiones (cortes quirúrgicos)

- Después de su cirugía, le cerrarán las incisiones con suturas (puntos) solubles o no solubles.
- Si le cierran las incisiones con suturas solubles, las suturas se disolverán solas. No es necesario que se las quiten.
- Si le cierran las incisiones con suturas no solubles, su proveedor de cuidados de la salud las retirará alrededor de 2 semanas después de su cirugía.
- Es posible que le pongan trozos pequeños de cinta quirúrgica (Steri-Strips™) sobre las incisiones. Estas se aflojarán y se caerán solas.
- Le pondrán un vendaje de gasa sobre las incisiones. El vendaje se mantendrá en su lugar gracias al sostén. Cambie la gasa según sea necesario (por ejemplo si se ensucia, se moja o hay mucho drenaje) y después de ducharse.

## Drenaje

- Es posible que le salgan pequeñas cantidades de drenaje con sangre de las incisiones durante unos días después de su cirugía. Esto es normal.
- Es posible que vea más drenaje, en particular después de ducharse.
- Si tiene drenaje abundante, de color rojo brillante y con sangre, o si su mama se vuelve firme o hinchada en poco tiempo, coloque un relleno adicional en su sostén quirúrgico y llame a su proveedor de cuidados de la salud.

- La parte inferior de la mama, donde se unen las incisiones, puede tardar un poco más en cicatrizar que el resto de las incisiones.

## Drenaje Jackson-Pratt® (JP)

Es posible que salga del hospital con un drenaje JP puesto. Un drenaje JP es un recipiente pequeño con forma de huevo que está conectado a una sonda en el pecho. Drena líquido del sitio quirúrgico.

Si tiene un drenaje JP, su proveedor de cuidados de la salud le dará más información al respecto, incluido el tiempo que lo tendrá puesto. También le enseñará cómo cuidarlo antes de que se vaya a casa y le dará el recurso *Cuidado del drenaje Jackson-Pratt* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/caring-your-jackson-pratt-drain).

# Cuidados en casa

## Duchas

- No se duche durante las primeras 48 horas (2 días) después de su cirugía. Luego de transcurridas las primeras 48 horas, es posible que pueda ducharse todo el cuerpo o solo de la cintura para abajo. Siga las instrucciones que el cirujano le brinde acerca de cómo ducharse.
- Después de que le quiten los drenajes, no se duche durante las primeras 24 a 48 horas. Es posible que pueda ducharse de 24 a 48 horas después de que le quiten el drenaje. Su proveedor de cuidados de la salud le indicará cuándo puede ducharse.
- Cuando comience a ducharse, hágalo todos los días para mantener limpia la incisión.
- Antes de entrar a la ducha, quítese el sostén y la gasa que cubre su incisión.
- Controle la temperatura del agua primero con la espalda o la mano porque puede ser que el entumecimiento evite que sienta el calor en la zona afectada.

- Lávese con agua tibia y un jabón suave, sin fragancia. Limpie las incisiones superiores y los sitios de drenaje con suavidad y enguáguelos bien.

- No dirija el agua de la ducha directamente a la mama. Diríjala a la parte superior de la espalda o al brazo. Deje que el agua corra suavemente por encima de la mama. Seque las incisiones dando palmaditas con una toalla limpia. No las frote.

- No tome baños de tina hasta que las incisiones y los sitios de drenaje estén completamente sanos porque sumergirlos puede aumentar el riesgo de infección. Es posible que pueda tomar baños de tina alrededor de 6 a 8 semanas después de su cirugía, pero hable con su médico antes de hacerlo.

- Hable con su proveedor de cuidados de la salud antes de ponerse desodorante, lociones o cremas cerca de las incisiones mientras cicatrizan. Esto normalmente lleva alrededor de 6 semanas.

## La ropa

- Use un sostén blando de apoyo, como el que su enfermero le dio, durante 6 semanas después de su cirugía, incluso mientras duerme. Puede quitarse el sostén cuando se duche.

- No use sostenes con varilla mientras las incisiones estén cicatrizando.

## Medicamentos

- Recibirá una receta para un analgésico para hacer frente al dolor después de la cirugía.

- La anestesia (medicamento para dormir durante la cirugía) y los analgésicos pueden causar estreñimiento (tener menos defecaciones de lo habitual). Para obtener información sobre cómo hacer frente al estreñimiento, lea *Estreñimiento* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/constipation).

## Actividad física

- No levante, empuje o tire objetos que pesen más de 5 a 10 libras (2.3 a 5.4 kilogramos) durante 6 semanas después de la cirugía. Téngalo en cuenta cuando vaya de compras, levante niños o lave la ropa.
- No haga ejercicio vigoroso (como correr, trotar o saltar) durante 6 semanas después de la cirugía.

# Cuándo llamar a su proveedor de cuidados de la salud

Llame a su proveedor de cuidados de la salud si tiene alguno de los siguientes síntomas:

- Fiebre de 100.4 °F (38 °C) o superior
- Enrojecimiento, calor o aumento del dolor o la hinchazón en la mama
- Escalofríos
- Drenaje abundante, de color rojo brillante y con sangre que sale de la incisión
- La mama se endurece o hincha en un corto tiempo

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 p. m.los fines de semana o un día feriado, llame al 212-639-2000.

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

---

Caring for Yourself After Breast Reduction Surgery - Last updated on December 14, 2020
Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center