



EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

Lista de verificación: mastectomía sin reconstrucción o con reconstrucción mediante el uso de un extensor de tejidos

En esta información se explica qué hacer y esperar antes y después de la mastectomía sin reconstrucción de mama o con reconstrucción de mama mediante el uso de un extensor de tejidos.

Siga las instrucciones de su equipo de cuidados mientras se prepara y se recupera de su cirugía. Lea el recurso *Información sobre la mastectomía* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/about-your-mastectomy) o *Información sobre la mastectomía: para hombres* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/about-your-mastectomy-men).

Preparación para su cirugía

Qué debe hacer

- Cree una cuenta de MyMSK, si es que no lo ha hecho todavía. Visite www.mskcc.org/pe/enroll_mymsk para ver las instrucciones.
- Llene un formulario Health Care Proxy. Puede encontrarlo en línea en www.health.ny.gov/publications/1430.pdf o puede pedir una copia a un integrante de su equipo de atención médica.

- Elija a su cuidador.
- Organice que alguien lo lleve a casa luego de la cirugía.
- Siga las instrucciones de su proveedor de cuidados de la salud para tomar medicamentos.

Qué comprar

- Compre un limpiador dérmico antiséptico que sea una solución de gluconato de clorhexidina (GHC) al 4 %, como por ejemplo Hibiclens®.
- Compre tabletas de acetaminophen 325 miligramos (como Tylenol® Regular Strength).

Cita para las pruebas prequirúrgicas (PST)

- Traiga una lista con todos los medicamentos con y sin receta que toma.
- Traiga todas las notas médicas importantes o los resultados de las pruebas que se realizó fuera de MSK. (Si su equipo de atención de MSK ya los tiene, no necesita traerlos).

Un día antes de su cirugía

Un integrante del personal le llamará entre las 2:00 p.m. y las 7:00 p.m. y le dirá a qué hora debe llegar para la cirugía. Si su cirugía está programada para un lunes, entonces le llamará el viernes anterior. Si para las 7:00 p.m. no ha recibido una llamada, llame al 212-639-5014.

Comidas y bebidas

- **No coma nada después de la medianoche antes de su cirugía**, ni siquiera caramelos solubles ni goma de mascar.
- Puede beber un total de 12 onzas (355 mililitros) de agua entre la medianoche y 2 horas antes de su hora de llegada programada. **No beba nada más.**

Cómo tomar sus medicamentos

- Siga las instrucciones de su proveedor de cuidados de la salud.

Duchas

- Dúchese de noche.
 - Lávese el cabello, el rostro y la zona genital como lo hace habitualmente.
 - Lávese desde el cuello hasta los pies con la solución de gluconato de clorhexidina (CHG) al 4 %. Evite la cabeza y la zona genital.
 - Séquese con una toalla limpia. No use loción, crema, desodorante, maquillaje, talco, perfume ni colonia después.

El día de la cirugía

Comidas y bebidas

- **No coma nada.**
- **No beba nada a partir de las 2 horas antes de su hora de llegada programada, ni siquiera agua.**

Cómo tomar sus medicamentos

- Tome solo los medicamentos que le haya indicado el proveedor de cuidados de la salud. Tómelos con un pequeño trago de agua.

Duchas

- Dúchese antes de su cirugía. Siga los mismos pasos que la noche anterior.

Para tener en cuenta

- Si usa lentes de contacto, póngase anteojos en su lugar.

- Quítese todos los objetos de metal y joyas, incluso las que tenga puestas en perforaciones del cuerpo.
- Deje en casa los objetos de valor.
- Póngase una blusa o camisa de botones o que le quede holgada y use zapatos planos y seguros para caminar.
- Traiga su formulario Health Care Proxy y otras directivas anticipadas, si las ha llenado.

En el hospital, después de su cirugía

Aprenda a cuidarse en casa

- Reúnase con su enfermero para revisar:
 - Cómo controlar el dolor
 - Cómo cuidar los drenajes y las incisiones
 - Cómo ducharse
 - Cuándo podrá conducir
- Revise los ejercicios de brazo y hombro para hacer en casa.

Preparación para el alta

- Asegúrese de contar con un cuidador responsable que le lleve a su casa.

En casa

Siga las instrucciones de su equipo de atención. Le darán instrucciones por escrito para hacer ejercicios de brazo y hombro. También las puede encontrar en línea en www.mskcc.org/pe/exercises_mastectomy.

Cómo tomar sus medicamentos

- Tome el medicamento según las indicaciones y necesidades.
- No maneje ni beba alcohol mientras tome un analgésico de venta con

receta.

Cuidado de los drenajes

- Vacíe sus drenajes a la mañana y a la noche. Exprima el tubo todas las veces. Siga las instrucciones en el recurso *Cuidado del drenaje Jackson-Pratt* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/caring-your-jackson-pratt-drain).
- Si no se le realizó la reconstrucción, siga las instrucciones del especialista en cirugía de mama para saber cuándo llamar a su consultorio y programar la extracción de los drenajes.
- Si se le realizó la reconstrucción, siga las instrucciones del cirujano plástico para saber cuándo llamar a su consultorio y programar la extracción de los drenajes.

Duchas

- Si no se le realizó la reconstrucción, dúchese 24 horas después de su cirugía.
- Si se le realizó la reconstrucción, siga las instrucciones del cirujano plástico.

Ejercicio y actividad física

- Haga sus ejercicios de brazo 5 veces al día hasta que pueda moverlo como lo hacía antes de la cirugía. Después de eso, hágalos una vez al día.
- Si se le realizó la reconstrucción, no levante objetos que pesen más de 5 libras (2.3 kilogramos) hasta que su proveedor de cuidados de la salud le indique que es seguro hacerlo.

Actividad sexual

- Cuando se sienta listo, puede comenzar con su actividad sexual.

Cuándo llamar a su proveedor de

cuidados de la salud

Llame a su proveedor de cuidados de la salud si:

- Tiene una fiebre superior a 100.4 °F (38 °C)
- La piel alrededor de las incisiones está más roja o más caliente de lo habitual
- Siente más incomodidad en la zona de su cirugía
- Hay secreción en las incisiones
- El brazo o la zona alrededor de la incisión comienza a hincharse o se hincha cada vez más
- Tiene problemas para respirar
- Tiene preguntas o inquietudes

If you have any questions, contact a member of your care team directly. If you're a patient at MSK and you need to reach a provider after 5 p.m., during the weekend, or on a holiday, call 212-639-2000.

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

Checklist: Mastectomy Without Reconstruction or With Reconstruction Using a Tissue Expander - Last updated on January 11, 2022

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