Memorial Sloan Kettering Cancer Center

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 *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 MSK MyChart, si es que no lo ha hecho todavía. Puede registrarse en

mskmychart.mskcc.org

- Llene un formulario Health Care Proxy. Puede pedirle una copia a un integrante de su equipo de atención o la puede encontrar en www.health.ny.gov/publications/1430.pdf
- 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 los 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

## Anote la hora de su cirugía

Un integrante del personal le llamará entre las 2:00 p. m. y las 7:00 p. m. 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.

## Cómo tomar los medicamentos

- Siga las instrucciones de su proveedor de cuidados de la salud para tomar los medicamentos.

## 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 de esto.

## Instrucciones sobre lo que debe comer

**Importante:** si toma un medicamento GLP-1, no siga estas instrucciones. En su lugar, siga las instrucciones en *Qué comer y beber antes de su cirugía o procedimiento si toma medicamentos GLP-1* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines).



**Deje de comer a medianoche (12 a. m.) la noche antes de su cirugía o procedimiento.** Esto incluye caramelos y chicles.

Es posible que su proveedor de cuidados de la salud le haya dado instrucciones diferentes sobre cuándo debe dejar de comer. Si es así, siga sus instrucciones. Algunas personas necesitan ayunar (no comer) durante más tiempo antes de su cirugía o procedimiento.

## El día de su cirugía

### Instrucciones sobre lo que debe beber

**Importante:** si toma un medicamento GLP-1, no siga estas instrucciones. En su lugar, siga las instrucciones en *Qué comer y beber antes de su cirugía o procedimiento si toma medicamentos GLP-1* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines).

**Entre la medianoche (12 a. m.) y 2 horas antes de la hora de su llegada, beba únicamente los líquidos de la siguiente lista. No coma ni beba nada más.** Deje de beber 2 horas antes de la hora de llegada.

- Agua.
- Jugo de manzana claro, jugo de uva claro o jugo de arándanos claro.
- Gatorade o Powerade.
- Café negro o té. Se puede añadir azúcar. No añada nada más.
  - No añada ninguna cantidad de ningún tipo de leche o crema. Esto incluye las leches y cremas vegetales.
  - No añada jarabe aromatizado.

Si tiene diabetes, preste atención a la cantidad de azúcar

que contienen las bebidas que toma. Será más fácil controlar sus niveles de azúcar en la sangre si incluye versiones de estas bebidas sin azúcar, bajas en azúcar o sin azúcares añadidos.

Es útil mantenerse hidratado antes de las cirugías y los procedimientos, así que beba líquido si tiene sed. No beba más de lo necesario. Recibirá líquidos por vía intravenosa (VI) durante su cirugía o procedimiento.



**Deje de beber 2 horas antes de la hora de llegada.** Esto incluye agua.

Es posible que su proveedor de cuidados de la salud le haya dado instrucciones diferentes sobre cuándo debe dejar de beber. Si es así, siga sus instrucciones.

### Cómo tomar los medicamentos

- Solo tome 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.

### Algunos aspectos 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 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 la cirugía

### Aprenda a cuidarse en casa

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

### Preparación para el alta

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

## En casa

Recuerde seguir las instrucciones de su equipo de atención mientras se recupera de su cirugía.

## Cómo tomar los medicamentos

- Tome los medicamentos según lo necesite y como se lo hayan indicado.
- 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. Extraiga el líquido del tubo todas las veces. Siga las instrucciones en *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 cirujano especialista en mamas para saber cuándo llamar a su consultorio para 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

- Siga las instrucciones en *Ejercicios para hacer después de su mastectomía o reconstrucción de mama* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/exercises-after-mastectomy-or-reconstruction).
- Haga los ejercicios de brazo 3 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 al proveedor de cuidados de la salud

Llame a su proveedor de cuidados de la salud si:

- Tiene 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 drenaje 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.

Si tiene preguntas o inquietudes, contáctese con su proveedor de cuidados de la salud. Un integrante de su equipo de atención le responderá de lunes a viernes de 9 a. m. a 5 p. m. Fuera de ese horario, puede dejar un mensaje o hablar con otro proveedor de MSK. Siempre hay un médico o un enfermero de guardia. Si no está seguro de cómo comunicarse con su proveedor de cuidados de la salud, llame al 212-639-2000.

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


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