

Aumento de mamas, Consejos antes y después de cirugía

Consejos sólo son válidos si han sido revisados por el paciente con los profesionales sanitarios en nuestra Consulta

Esta es una guía orientativa y no sustitutiva de la información dada en consulta médica por parte de su cirujano.

Durante los días anteriores a la cirugía es conveniente utilizar un jabón normal (no antibacteriano) para lavar todo el cuerpo.

No tomar aspirinas (ácido acetil salicílico) u otros medicamentos que contengan salicilatos durante dos semanas antes y dos semanas después de la intervención.

No fumar (o evitarlo al máximo) durante el mismo periodo contemplado en el párrafo anterior.

Para ir a la clínica vístase con ropas cómodas y evite los vaqueros y sobre todo camisetas, es aconsejable utilizar prendas con apertura en la parte delantera (chaquetas). No lleve joyas ni uñas pintadas.

Tanto las medicinas prescritas para el postoperatorio como las prendas indicadas deben ser compradas antes de la cirugía. Asegurarse que tiene un sujetador deportivo.

En el postoperatorio deberá tomar abundante agua (2 litros mínimo al día). Se pueden tomar todo tipo de zumos, bebidas refrescantes sin gas. Las bebidas alcohólicas no están recomendadas, así como el té o el café. Asimismo es conveniente aumentar la dosis de vitamina C.

La alimentación deberá ser rica en proteínas: carnes no rojas pescados blancos y derivados lácteos tipo yogurt, requesón y quesos poco grasos.

Se puede aplicar bolsas de hielo sobre la zona operada, evitando el contacto directo. El frío local disminuye la hinchazón y las molestias. Aplíquelo durante 20 minutos, tres o cuatro veces al día.

Al finalizar la intervención se coloca un vendaje y en contadas ocasiones unos drenajes, que serán retirados en los días siguientes.

Esta es una de las cirugías en las que es más importante la participación y los cuidados en el postoperatorio por parte de la paciente. En consulta, nuestra fisioterapeuta le indicará el momento y la forma cómo han de efectuarse los masajes en los senos para acortar el postoperatorio al máximo.

ES NORMAL:

- Dolor en el esternón y en las costillas, por debajo del surco del seno, debido al tratamiento realizado en esas zonas sobre la inserción de los músculos. Es frecuente sentir molestias en la espalda.
- Inflamación en zonas no intervenidas como abdomen y manos.
- Igualmente puede sentir ciertas molestias leves en los pechos. Todo esto deberá aliviarse con el tratamiento, si no fuese así, o en caso de aumentar su intensidad, avísenos.
- Leve ascenso de la temperatura (hasta 38,3) en las primeras 48 horas.
- Pequeño sangrado y/o secreción sero-sanguinolenta por la cicatriz en las primeras 48 horas.
- La presencia de edema, lo cual provoca un mayor aumento del pecho. Este disminuye progresivamente, pudiéndose considerar mínimo alrededor del 3o mes.

DEBE SABER QUE:

- La medicación ha de ser tomada durante el tiempo y en las dosis recomendadas, en caso de que le sienta mal, póngase en contacto con nosotros para cambiarlo.
- Los drenajes, si son colocados, son retirados entre las 24 y 72 horas después de la intervención, dependiendo del grado de drenaje.
- El vendaje compresivo se retirará dependiendo de los casos entre el 2o y 3o día.
- Se coloca un sujetador especial después de retirar el vendaje compresivo. Deberá usarse constantemente en las cuatro primeras

semanas, tanto de día como de noche, quitándoselo solamente breves períodos de tiempo.

ES IMPORTANTE:

- Evitar mojar los pechos mientras tenga el vendaje o no sea autorizada expresamente.
- No se debe aplicar ninguna crema o aceite en la cicatriz.
- Dormir o descansar con las almohadas en forma de aspa para proteger los hombros y un pequeño cojín debajo de las rodillas. Para más información consulta con nuestra fisioterapeuta.
- Mantener los brazos cerca del cuerpo las dos primeras semanas, evitando levantar objetos pesados o realizar actividades que precisen la participación activa de los brazos, como lavarse el pelo.
- No conducir vehículos durante las dos primeras semanas, ni realizar ejercicios violentos o gimnasia hasta después de la octava semana.
- No tomar el sol en los pechos, salvo que sea indicado, y evitar la exposición al calor durante seis semanas.

Si en el postoperatorio inmediato se presenta alguna consulte a el médico