CIRUGÍA DE MAMA · POSTOPERATORIO

Reducción mamaria / Mastopexia sin prótesis

Reducción o elevación de la mama utilizando tejido propio

La reducción o mastopexia sin prótesis remodela el tejido propio, elimina piel y, en la reducción, disminuye volumen. No existen los cuidados específicos de un implante, pero sí debe vigilarse la piel y el complejo areola-pezón.

01 QUÉ PUEDE SER NORMAL

- Inflamación, hematomas, tirantez y sensación de firmeza.
- Forma inicialmente alta, asimétrica o algo cuadrada por el edema.
- Cambios transitorios, y en ocasiones prolongados, de sensibilidad en areola o pezón.
- Pequeño manchado y mayor sensibilidad en la unión vertical con el surco mamario.
- La forma y la caída de la mama evolucionan durante varios meses.

02 SUJETADOR, HERIDAS Y ACTIVIDAD

- Realice reposo relativo los primeros días y camine varias veces al día.
- Duerma boca arriba con el tronco ligeramente elevado durante la fase inicial.
- Use el sujetador postoperatorio según la pauta, evitando presión o pliegues sobre las incisiones.
- Mantenga las heridas y los drenajes según las instrucciones. La unión de la cicatriz vertical con el surco puede tardar algo más en cicatrizar.
- Mueva brazos y hombros de forma suave, sin cargas ni movimientos bruscos.
- Revise diariamente las heridas y la zona de unión de las cicatrices, sin manipular costras ni puntos.

03 QUÉ DEBE EVITAR

- Levantar peso, ejercicios de tren superior y movimientos amplios hasta autorización.
- Dormir boca abajo o apoyar directamente las mamas durante la fase inicial.
- Sujetadores con aro hasta la cicatrización adecuada.
- Nicotina y tabaco (4-6 semanas antes y después de la cirugía), piscina, mar y sol directo sobre las cicatrices.
- Arrancar costras o manipular pequeñas aperturas.

CONTACTE DE FORMA URGENTE

- Aumento rápido de una mama, dolor intenso o sangrado abundante que progresa.
- Herida que se abre de forma importante, secreción, fiebre, calor o enrojecimiento progresivo.
- Dificultad respiratoria, dolor torácico o hinchazón dolorosa de una pierna.

04 EVOLUCIÓN ESPERABLE

- Las mamas descienden y se redondean progresivamente.
- Las cicatrices continúan madurando durante 12-18 meses.

IMPORTANTE

La unión de las cicatrices bajo la mama es una zona de mayor tensión y puede tardar más en cerrar. Una pequeña cura localizada no implica necesariamente un mal resultado.