

## RECOMENDACIONES POSTOPERATORIAS

### MAMOPLASTIA: AUMENTO O RECONSTRUCCIÓN CON DIEP

#### **SÍNTOMAS NORMALES**

- Dolor: Leve a moderado.
- Ardor: Leve a moderado
- Inflamación hinchazón: leve a moderado.
- Sensación de pinchazos en la zona operada.
- Dolor muscular en los costados (despegamiento).
- Dolor en espalda (mesa de quirófano)
- Fiebre: Algunas décimas por la tarde, debido a reabsorción de hematomas.

#### **QUE DEBE HACER**

- Reposo relativo de los brazos.
- Reposo los dos primeros días.
- Dormir boca arriba 2 semanas.
- Tomar medicación indicada: Antibióticos, Analgésicos
- Higiene adecuada: ducha suave, secarse por presión, aplicarse antiséptico.
- Vendaje. Sujetador adecuado.
- Hacer vida normal al mes de la intervención.
- Los puntos se le retirarán a los 10-15 días.
- Acudirá a las revisiones las fechas señaladas.
- Retomar medicación de hormonoterapia al volver al domicilio.
- Mantener profilaxis antitrombótica con heparina 1 mes desde la cirugía.

#### **SÍNTOMAS ANORMALES**

- Enrojecimiento de la mama o el abdomen.
- Síntomas de infección general: fiebre, malestar o dolor pulsátil intenso.
- Dolor muy intenso que no remite con antiálgicos.
- Ardor muy intenso.
- Más de 38°C de fiebre.

- Inflamación o hinchazón evidente en una o las dos mamas.
- Puede ser debido a la existencia de un hematoma o un seroma o ambos.

### **QUE DEBE EVITAR**

- Fumar y tomar alcohol.
- Evitar tomar ácido acetil salicílico y derivados y sojas.
- Ejercicio brazos y pectorales que impliquen la retracción lateral de codos.
- Cargar pesos superiores a 1 kilo:
- Conducir automóviles las dos primeras semanas.
- Cuidado al ponerse el cinturón de seguridad en los vehículos
- Dormir boca abajo o de lado.
- Evitar aglomeraciones y zonas donde pueda recibir codazos
- Ir en metro o en autobús si no es sentada.
- Evitar sujetadores con aros y ballenas las 4 primeras semanas.
- Deportes fuertes (tenis, natación, baloncesto, balonvolea) durante el primer mes de postoperatorio.
- Evitar la exposición solar durante 3 meses y en la cicatriz 6 meses. Aplicar factor de protección solar en función de la cicatriz entre 12-18 meses.