

# Reconstrucción basada en implantes

## Para la reconstrucción mamaria



Este folleto le explica qué esperar después de someterse a una cirugía de implantes mamarios. Los implantes mamarios se pueden utilizar para la reconstrucción, que puede ser posterior a la mastectomía, por deformidad torácica congénita o por atención de afirmación de género.

## Acerca de su cirugía

### Post-mastectomía o deformidad mamaria congénita

Para reconstruir sus senos, su cirujano puede haber colocado un expansor de tejido en el bolsillo del seno para estirar la piel. Para el siguiente paso, su cirujano retirará el expansor y lo reemplazará con un implante mamario.

Este proceso también se utiliza para pacientes que actualmente tienen implantes mamarios y se someten a un procedimiento de *intercambio de implantes*.

Si está recibiendo un implante para la reconstrucción en solo uno de sus senos, puede optar por colocar un implante en su otro seno para ayudar a que sus senos se vean más uniformes. Esto se llama *augmentation*.

### Atención de afirmación de género

Para el aumento, su cirujano colocará implantes mamarios encima o debajo de su músculo *pectoral*. Este músculo conecta la pared frontal del pecho con el hombro. Su cirujano hará esto quirúrgicamente a través de una pequeña incisión en el pliegue natural de su pecho.

## Prenda posquirúrgica

- Se le proporcionará un sujetador quirúrgico el día de la cirugía. Use el sujetador quirúrgico las 24 horas del día, los 7 días de la semana durante 4 semanas. Solo se lo retira para lavarlo o para hacer la higiene diaria.
  - Puede comprar un sujetador deportivo con cierre frontal (sin alambre) para usarlo si lo desea. Este debe ser cómodo y de apoyo.
- Su proveedor puede pedirle que continúe usando el sujetador quirúrgico durante más de 4 semanas. Esto se determinará durante su cita de seguimiento posquirúrgico.

## Cuidado y curación de incisiones

- Retire el vendaje más externo 48 horas después de la cirugía, antes de ducharse por primera vez. Por lo general, este apósito es de gasa y cinta adhesiva.



Scan for a  
digital copy of  
this handout.

- Si su incisión tiene tiras de cinta blanca (*Steri-Strips*) sobre ella, déjelas hasta que se caigan solas. Si no se caen por sí solas, las retiraremos durante su primera cita de seguimiento.

## Higiene

- Tome una ducha 48 horas después de la cirugía. Recomendamos duchas diarias para reducir el riesgo de infección.
- Use jabón suave y lave las incisiones muy suavemente.
- No tome un baño, no se siente en una bañera de hidromasaje ni vaya a nadar hasta que sus incisiones estén completamente curadas y no queden costras. Esto puede tardar de 4 a 6 semanas.

## Actividad y regreso al trabajo

- Durante 4 semanas, mueva los brazos suavemente:
  - **No** eleve el brazo por encima de la altura de los hombros en su lado quirúrgico.
  - **No** levante, empuje ni tire de nada que pese más de 8 libras (aproximadamente el peso de un galón de agua). Esto incluye niños y mascotas.
  - Evite los movimientos repetitivos de los brazos, como las tareas domésticas (pasar la aspiradora, lavar los platos y lavar la ropa)
  - Evite el *ejercicio aeróbico* (actividades que causan respiración pesada o frecuencia cardíaca elevada sostenida).
- Se le aconseja caminar, es útil para la curación y el fortalecimiento. Comience con 3 a 4 caminatas al día durante 5 a 10 minutos cada una. Aumente gradualmente la distancia y tiempo a medida que se recupera.
- El regreso al trabajo varía de persona a persona y depende del tipo de trabajo que realice. Discuta lo que puede ser mejor para usted con su cirujano.

## Drenajes

- Si se le colocaron drenajes en el momento de la cirugía, le enseñaremos cómo cuidarlos. Por favor, lea el folleto "Cuidando sus drenajes JP".
- Tomará medicamentos antibióticos hasta que se retire el último drenaje.

## Posición para dormir

- Duerma boca arriba durante 4 semanas después de la cirugía, con la cabeza ligeramente levantada. Después de eso, puedes dormir de lado.
- Puede ser útil apilar almohadas, usar una almohada de cuña o dormir en un sillón reclinable para mantener la cabeza elevada.
- No duerma boca abajo durante 3 meses después de la cirugía.

## Control del dolor

- La experiencia de cada persona con los implantes es diferente. Algunas personas solo tienen molestias leves y otras tienen un dolor más fuerte. Es normal sentir dolor en los músculos del pecho y la espalda, o sentir dolores punzantes. Esto también mejorará con el tiempo.
- Lea el folleto "Control del dolor después de la cirugía reconstructiva".
- Por favor, **no** use hielo o calor directamente sobre sus implantes mamarios.

## Precauciones especiales

- Hable sobre cómo vigilar la ruptura del implante con su cirujano. Se recomienda una resonancia magnética de mama (**MRI**) **sin contraste** después de 5-6 años, luego cada 2-3 años a partir de ese entonces. Su proveedor de atención primaria puede ordenar esta exploración.
- Le daremos una copia de una lista de verificación de decisión del paciente con implantes. Este es un requisito de la FDA y analiza los riesgos de los implantes del fabricante. Por favor, ponga sus iniciales y firme este documento, luego devuélvalo de una de las siguientes maneras:
  - Llevar el documento a la clínica durante una cita
  - Qué traer el día de la cirugía
  - Tome fotos y envíelas a su cirujano en *MyChart*.
- Lea el folleto "Prevención de infecciones después de un implante o expansor mamario".

## Cuándo ponerse en contacto con el equipo de atención:

Comuníquese con su equipo de atención médica de inmediato si experimenta alguno de los siguientes:

- Sangrado o drenaje que empapa su vendaje (mantenga la presión en el sitio para disminuir el sangrado)
- Fiebre superior a 100.5 ° F (38 ° C)
- Temblores y escalofríos
- Cualquier signo de infección en su sitio quirúrgico
  - enrojecimiento;
  - aumento de la hinchazón
  - drenaje maloliente
  - pus o drenaje turbio y de color
- Erupción nueva
- Dolor que está empeorando y que ya no se alivia con su medicamento para el dolor

**Si experimenta un nuevo dolor en el pecho o dificultad para respirar, llame al 911.**

**Si experimenta enrojecimiento, hinchazón, dolor/calambres o calor, generalmente en una extremidad, esto puede ser signo de un coágulo de sangre, vaya a su sala de emergencias local.**

## A quién contactar

**Durante el horario de la clínica (de lunes a viernes, excepto los días festivos, de 8:00 a. m. a 5:00 p. m.):**

Si tiene alguna pregunta o inquietud, le recomendamos que envíe un mensaje a su cirujano a través de *MyChart*. Incluya una foto si corresponde.

Alternativamente, puede llamar al Centro de Cirugía Reconstructiva al 206.598.1217 opción 2.

**Necesidades urgentes fuera del horario de atención:** Si tiene una necesidad de atención urgente fuera del horario de atención, los fines de semana o los días festivos, llame al 206-598-6190 y solicite hablar con el cirujano plástico de guardia.

# Implant-Based Reconstruction

## For breast reconstruction



This handout tells you what to expect after having breast implant surgery. Breast implants can be used for reconstruction. This may be post-mastectomy, for congenital chest deformity, or for gender affirming care.

## About Your Surgery

### Post-mastectomy or congenital breast deformity

To reconstruct your breast(s), your surgeon may have placed a tissue expander in the breast pocket to stretch the skin. Next, your surgeon will remove the expander and replace it with a breast implant.

This process is also used for patients who currently have breast implants and are having an *implant exchange* procedure.

If you are getting an implant for reconstruction in only 1 of your breasts, you may choose to place an implant in your other breast to help your breasts look more even. This is called *augmentation*.

### Gender-affirming care

For augmentation, your surgeon will place breast implant(s) on top of or beneath your *pectoralis* muscle. This muscle connects the front wall of your chest with your shoulder. Your surgeon will do this through a small incision in the natural crease of your chest.

## Post-Surgical Garment

- We will give you a *surgical bra* on the day of surgery. Wear this 24 hours a day, 7 days a week for 4 weeks. Only take it off to wash it or to do daily hygiene.
  - If you prefer, you can buy a sports bra (without underwire) that clasps in the front. Make sure it is snug and supportive.
- You may need to continue wearing the surgical bra for more than 4 weeks. Your provider will talk with you about this during your post-surgical follow-up appointment.

## Incision Care and Healing

- Remove the outermost (top) bandage 48 hours after surgery, before you shower for the first time. Usually this is gauze and tape.
- If your incision has strips of white tape (Steri-Strips) over it, leave these in place until they fall off. If they do not fall off on their own, we will remove them during your first follow-up appointment.



Scan for a digital  
copy of this handout.

## Hygiene

- Take a shower 48 hours after surgery. Taking a shower every day will reduce the risk of infection.
- Use mild soap and wash your incisions very gently.
- Do not take a bath, sit in a hot tub, or go swimming until your incisions are fully healed and no scabs remain. This may take 4 to 6 weeks.

## Activity and Return to Work

- For 4 weeks, move your arms gently:
  - Do **not** raise your arm above shoulder height on your surgical side.
  - Do **not** lift, push, or pull anything that weighs more than 8 pounds (about the weight of a gallon of water). This includes children and pets.
  - Avoid repetitive arm movements such as chores (vacuuming, doing dishes, and laundry).
  - Avoid *aerobic exercise* (activities that cause heavy breathing or sustained elevated heart rate).
- Walking every day is an important part of healing and rebuilding strength. Start with 3 to 4 walks a day for 5 to 10 minutes each. Gradually increase your distance and length of time as you heal.
- When you can return to work depends on the type of work you do. Please discuss what may be best for you with your surgeon.

## Drains

- If you had drains placed during your surgery, we will teach you how to care for them. Please read the handout “Caring for Your JP Drains.”
- You will take antibiotic medications until the last drain is removed.

## Sleep Position

- Sleep on your back for 4 weeks after surgery, with your head slightly raised. After that, you may sleep on your side.
- It may be helpful to stack pillows, use a wedge pillow, or sleep in a recliner to keep your head raised.
- Do not sleep on your stomach for 3 months after surgery.

## Pain Control

- Each person’s experience with implants is different. Some people only have mild discomfort, and others have stronger pain. It’s normal to feel soreness in your chest and back muscles, or to feel shooting pains. This will get better over time.
- Please read the handout “Pain Control After Reconstructive Surgery.”
- Do **not** use ice or heat directly on your breast implants.

## Important Safety Instructions

- Talk with your surgeon about checking your implants for rupture (damage). **Breast MRI without contrast** is recommended after 5-6 years, then every 2-3 years after that. Your primary care provider can order this scan.
- We will give you a copy of an **implant patient decision checklist**, prepared by the manufacturer. This is an FDA requirement and discusses the risks of implants. Please initial and sign this document, then return it in 1 of the following ways:
  - Bring it to the clinic during an appointment
  - Bring it on the day of surgery
  - Take photos and send them to your surgeon on MyChart
- Please read the handout “Preventing Infection After Breast Implant or Expander.”

## When to Contact the Care Team:

Contact your care team immediately if you have any of the following:

- Bleeding or drainage that soaks your dressing (hold pressure on the site to lessen bleeding)
- A fever higher than 100.5°F (38°C)
- Shaking and/or chills
- Any signs of infection at your surgical site
  - Redness
  - Increased swelling
  - Bad-smelling drainage
  - Pus or cloudy, colored drainage
- New rash
- Pain that is worsening and is no longer helped by your pain medicine

**If you are experiencing new chest pain or shortness of breath, please call 911.**

**Redness, swelling, pain/cramp, or warmth, usually in one limb, may be signs of a blood clot. If you are experiencing any of these signs, please go to your local ER**

### Questions?

**During Clinic Hours (Monday through Friday except holidays, 8am to 5pm):**

If you have any questions or concerns, message your surgeon through MyChart. Please include a photo if needed.

You may also call the Center for Reconstructive Surgery at 206.598.1217, option 2.

**Urgent Needs Outside of Clinic Hours:**

If you have an urgent care need after hours, on weekends, or holidays, please call 206.598.6190 and ask to speak to the plastic surgeon on call.