

Por qué se realiza

La cirugía de reducción de mamas es para las mujeres que tienen mamas grandes y desean resolver problemas como los siguientes:

- **Dolor** crónico de espalda, cuello y hombros que les hace tomar medicamentos para el dolor
- Irritación o **erupción cutánea** crónica debajo de las mamas
- Dolor en los nervios
- **Limitación** de las actividades
- Autoestima baja relacionada con el gran tamaño de sus mamas
- Dificultad para encontrar sostenes y ropa adecuados

La cirugía de reducción de mama generalmente **no se recomienda si tú:**

- Fumas
- Tienes ciertos trastornos como diabetes o enfermedades cardíacas
- Eres muy obesa
- Quieres evitar tener cicatrices en las mamas

Te puedes realizar una cirugía de reducción de mamas a cualquier edad, en ciertos casos incluso durante la adolescencia. Pero si tus mamas todavía no están totalmente desarrolladas, quizás necesites una segunda cirugía más tarde en tu vida.

Quizás tengas que posponer la cirugía de reducción de mama si tienes determinados planes para el futuro, como ser:

- **•Parto.** Si todavía no formaste una familia o si tu familia todavía no está completa, tal vez deberías esperar hasta que el embarazo no sea un problema. Quizás amamantar sea un desafío después de una cirugía de reducción de mamas, aunque ciertas técnicas quirúrgicas pueden preservar tu capacidad de amamantamiento.
- **Pérdida de peso.** Si estás interesada en perder peso cambiando tu dieta y comenzando un programa de ejercicio, quizás quieras esperar para decidir si la cirugía de reducción de mamas es una buena opción para ti. La pérdida de peso con frecuencia resulta en cambios en el tamaño de los senos.

Riesgos

La cirugía de reducción de mamas presenta **los mismos riesgos que cualquier otro tipo de cirugía mayor**: sangrado, infección y una reacción adversa a la anestesia.

Otros riesgos posibles son:

- **Hematomas**, que suelen ser temporales.
- Cicatrización.
- Eliminación o pérdida de **sensibilidad en los pezones** y en la piel que los rodea (areolas).
- Dificultad o incapacidad para amamantar.
- Diferencias en el tamaño, la forma y la **simetría** de los senos izquierdo y derecho alterados quirúrgicamente, lo que podría necesitar otra cirugía para mejorar su apariencia.

Cómo prepararse

Es probable que el cirujano plástico:

- Evalúe tu historia clínica y tu salud general.
- **Converse sobre tus expectativas** del tamaño y del aspecto de las mamas después de la cirugía.
- Proporcione una descripción detallada del procedimiento y sus riesgos y beneficios, como las posibles **cicatrices y pérdida de la sensibilidad**.
- Examine y mida las mamas.
- Tome **fotografías** de las mamas para tu expediente médico.
- Explique el **tipo de anestesia** que se utiliza durante la cirugía.

Antes de la cirugía de reducción de mamas, es posible que te pidan lo siguiente:

- Completar varios **análisis de laboratorio**.
- Realizar una mamografía inicial.
- **Dejar de fumar** durante un tiempo determinado antes de la cirugía y después de ella.
- **Evitar tomar aspirina, medicamentos antiinflamatorios** y suplementos de hierbas para controlar el sangrado durante la cirugía.

Consúltale a tu cirujano si podrás volver a casa el día de la cirugía o si necesitarás **pasar una noche** en el hospital. Pídele a alguien que te lleve a tu casa después de la cirugía o cuando salgas del hospital.

Lo que puedes esperar

Por lo general, la cirugía de reducción de mamas se realiza con anestesia general, ya sea en un hospital o en un centro quirúrgico para pacientes ambulatorios.

Durante el procedimiento

La técnica específica que se usa para reducir el tamaño de los senos puede variar. El procedimiento puede comprender lo siguiente:

- Cirugía mediante incisiones.
- Liposucción para remover la grasa en exceso acumulada en los senos.

Por lo general, el cirujano hará lo siguiente:

- Realizar una **incisión alrededor de la areola y debajo de cada seno**.
- **Retirar el exceso** de tejido, grasa y piel del seno para reducir su tamaño.
- **Remodelar el seno y reposicionar** tanto el pezón como la areola.

El pezón y la areola:

- Por lo general, se mantienen en el seno.
- Si tus senos son muy grandes, quizás sea necesario extraer el pezón y la areola, y reubicarlos en una posición más alta como un injerto de piel.

El cirujano intentará lograr la simetría entre ambos senos; sin embargo, es probable que ocurra alguna variación en el tamaño y la forma de estos. Es posible que también se reduzca el tamaño de la areola. Las cicatrices de la incisión podrían atenuarse con el tiempo, pero nunca desaparecerán por completo.

Después del procedimiento

Inmediatamente después de la cirugía:

- Las mamas se protegerán con un apósito de gasa o un vendaje.
- Se puede colocar una sonda debajo de cada brazo para drenar el exceso de sangre o fluido.
- Es posible que el cirujano te recete analgésicos para el dolor y antibióticos para disminuir el riesgo de infección.

Durante los primeros días o la semana después de la cirugía:

- Las mamas probablemente se sientan sensibles y te duelan.
- También pueden inflamarse y presentar hematomas.
- El cirujano podría recomendar un sostén de compresión elástica al principio para proteger las mamas.

Después:

- Deberás limitar la actividad física durante dos a cuatro semanas mientras se recuperan las mamas.
- El cirujano puede recomendar que evites los sostenes con alambre durante un mes después de la cirugía.

Resultados

La cirugía de reducción de mamas satisfactoria **puede reducir el dolor de la parte superior de la espalda, del cuello y de los hombros**. También es posible que **aumente tu capacidad de participar en actividades físicas y fomentar una imagen propia más positiva**.

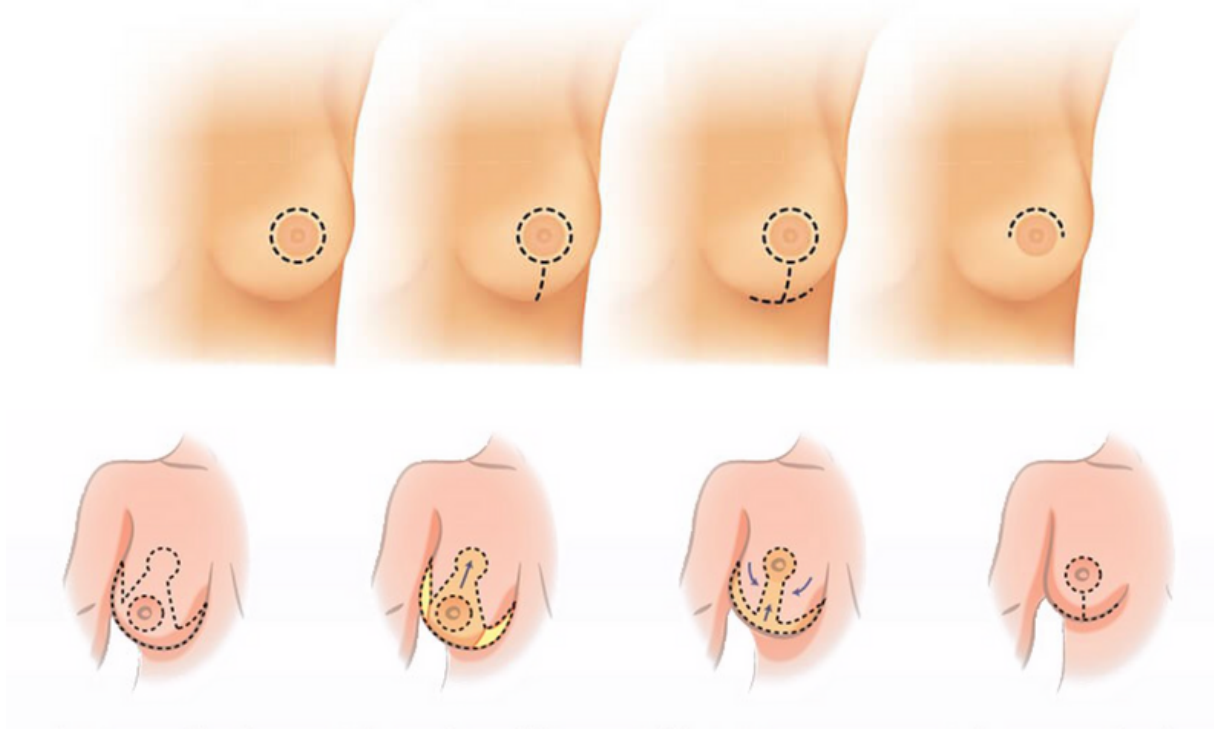
A pesar de que verás los resultados de inmediato, recuerda que la hinchazón y las cicatrices de la cirugía pueden **tardar meses** en desaparecer por completo.

Por lo general, el resultado final es permanente, aunque la forma y el tamaño de las mamas pueden cambiar debido a factores como el envejecimiento y el aumento o la pérdida de peso.



DRA. CARMEN IGLESIAS
CIRUGÍA Y MEDICINA ESTÉTICA

Distintos tipos de cicatrices según las características de las mamas



Dra. Carmen Iglesias
Cirugía Plástica
Nº Colegiado: 28-48-09159