

Liposucción e injerto de grasa para la reconstrucción mamaria

Qué esperar y cómo prepararse

En este folleto se explica la liposucción y el injerto de grasa que se usa en la reconstrucción mamaria. Incluye qué se espera, cómo prepararse y respuestas a preguntas frecuentes.

¿Qué son la liposucción y el injerto de grasa corporal?

La liposucción y el injerto de grasa son parte de la reconstrucción mamaria. A menudo se realizan en la etapa de revisión de la mama.

- Para la liposucción, el cirujano obtiene grasa de una parte del cuerpo con un tubo delgado llamado *cánula de liposucción*. Esta puede ser la parte delantera del abdomen, los costados de las caderas o el abdomen (flancos) o los muslos.
- Esta grasa se inyecta en los senos. Este paso se llama injerto de grasa corporal.



Si tiene preguntas sobre la operación, pregúntele a su médico.

Cuidados de la incisión

- Usted tendrá perforaciones donde estuvo la cánula bajo su piel. Cada perforación se cerrará con un punto de sutura que se disolverá por sí solo. Las perforaciones pueden cubrirse con tiritas blancas conocidas como Steri-Strips.
- Si tiene tiritas blancas (Steri-Strips) sobre la incisión déjelas en su lugar hasta que se caigan solas.
- Si tiene un vendaje de gasa sobre la incisión, quítelo 48 horas después de la operación antes de ducharse por primera vez.
- Es posible que salga un poco de líquido sanguinolento de las partes de perforación durante 24 a 72 horas. Puede que tenga que aplicar un nuevo vendaje de gasa o protector diario (pantyliner) sobre estas partes 2 o 3 veces al día hasta que ya no tengan supuración.

Higiene

- Dúchese 48 horas después de la operación. Recomendamos que se duche todos los días para ayudar a disminuir el riesgo de infección. Utilice jabón suave y lave las incisiones sutilmente.
- No se bañe en tina, no se meta en un jacuzzi ni vaya a nadar hasta que las incisiones hayan cicatrizado por completo y no queden costras. Esto puede tardar de 4 a 6 semanas.



Escanee para recibir una
copia digital de este folleto.

Actividades

- **Durante 2 semanas (a menos que le indiquen lo contrario):**
 - Evite levantar, empujar o jalar más de 8 libras (más o menos el peso de un galón de leche). Esto incluye niños y mascotas.
 - Evite los movimientos grandes o repetitivos de los brazos como los quehaceres domésticos (aspirar, lavar los trastes, lavar ropa).
- **Durante 4 semanas:**
 - No duerma boca abajo.
 - Evite hacer ejercicios físicos o aeróbicos (actividades que aumentan la respiración o que mantienen alta la frecuencia cardiaca).
 - Se recomienda caminar y esto ayuda a la curación y la recuperación de fuerzas. Empiece con 3 a 4 caminatas al día de 5 a 10 minutos cada vez. Aumente gradualmente la distancia y la duración conforme se recupere.
- Después de esta operación, se le pueden hinchar las piernas. Si tiene hinchazón, eleve las piernas sobre una almohada o una silla cuando esté descansando. Puede comprar medias de compresión hasta la rodilla si la hinchazón no mejora.
- El retornar a trabajar varia de una persona a otra y depende del tipo de trabajo que hace. Hable con el cirujano acerca de las mejores opciones para usted.

Zonas de liposucción

- Despertará de la operación con prendas de compresión que cubren las partes donde se le hizo liposucción. Tenga puesta esta prenda 24 horas al día, todos los días durante 4 semanas (a menos que se le indique lo contrario). Puede quitarse la prenda por un momento para ducharse y secarse.
- Alrededor de las partes donde le hicieron la liposucción puede tener moretones o hinchazón y también pueden extenderse a las zonas cercanas.
- Puede utilizar hielo o compresas frías solamente en las partes liposucionadas, no en los senos ni cerca de ellos. El hielo y la compresión ayudan con el dolor, la hinchazón, los moretones y el contorno.
 - No se ponga hielo directamente sobre la piel. Coloque una tela o toalla delgada entre el hielo y la piel.
 - Coloque la compresa alternando cada 20 minutos.

Partes de injerto de grasa

- No se ponga prendas ajustadas ni de compresión sobre los senos durante 4 semanas. Para mayor comodidad puede ponerse un brasier holgado sin metal, como una camisola suave o un brasier Coobie.
- Si le pusieron un brasier quirúrgico, úselo las 24 horas del día durante 4 semanas.
- Puede que tenga moretones e hinchazón alrededor del seno donde se inyectó la grasa.
- Puede que tenga pequeñas costras en el pecho, en los lugares inyectados; estos lugares sanarán con el tiempo.

Cuándo llamar al equipo de atención médica

Llame a la clínica o al médico si tiene lo siguiente:

- Hemorragia o drenaje que empapa el vendaje (mantenga presionada esa parte para disminuir la hemorragia hasta que tenga asistencia médica)
- Fiebre de más de 100.5°F (38°C)
- Temblores o escalofríos
- Algún signo de infección en la parte operada:
 - Enrojecimiento
 - Aumento del dolor
 - Secreción que huele mal
 - Pus (color blanco, amarillo o verde)
- Náuseas o vómitos
- Sarpullido nuevo
- Dolor que empeora y no se alivia con los analgésicos (medicamentos para el dolor)

Si tiene enrojecimiento, hinchazón, dolor, calambres o calor en una de las extremidades, puede indicar un coágulo. Vaya a la sala de emergencias.

Si vuelve a sentir dolor en el pecho o dificultad para respirar, llame al 911.

¿Preguntas?

Sus preguntas son importantes. Si tiene preguntas o dudas, llame a su médico o proveedor de atención médica.

Durante el horario de atención (lunes a viernes excepto feriados, de 8 de la mañana a 5 de la tarde):

Si tiene alguna pregunta o duda, le recomendamos enviar un mensaje al cirujano a través de MyChart. Incluya una foto para ayudar a explicar su duda.

También puede llamar al Center for Reconstructive Surgery (Centro de cirugía plástica) al 206.598.1217, opción 2.

Urgencias fuera del horario de atención:

Si necesita atención de urgencia fuera del horario de atención, los fines de semana o los días feriados, llame al 206.598.6190 y pida hablar con el cirujano plástico de turno.

Liposuction and Fat Grafting for Breast Reconstruction

What to expect and care after the procedure

This handout explains liposuction and fat grafting when used in breast reconstruction. It includes what to expect and how to care for your incisions and areas affected by the procedure.

What are liposuction and fat grafting?

Liposuction and fat grafting are part of breast reconstruction surgery. These procedures are often done at the breast revision stage of surgery, to improve symmetry after a previous procedure.

- For liposuction, your surgeon removes fat from an area of your body with a small tube called a *liposuction cannula*. This area may be the front of your abdomen, the sides of your hips or abdomen (flanks), or your thighs.
- This fat is then injected into your breast. This is called *fat grafting*.



Ask your doctor if you have questions about your procedure.

Incision Care

- You will have small skin punctures (holes) where the liposuction cannula was passed beneath your skin. Each one may be closed with a small stitch that will dissolve on its own. The puncture sites may be covered with strips of white tape called Steri-strips.
- If your incision has strips of white tape (Steri-strips) over it, leave them in place until they fall off.
- If you have a gauze dressing over your incision, remove it 48 hours after surgery, before you shower for the first time.
- Some bloody fluid may drain from these puncture sites for 24 to 72 hours. You may need to put a new gauze dressing or pantyliner over these sites 2 to 3 times a day until they stop draining.

Hygiene

- Take a shower 48 hours after surgery. We recommend daily showers after that to reduce the risk of infection. Use mild soap and wash very gently over your incisions.
- 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.



Scan for a digital
copy of this handout.

Activities and Return to Work

- For 2 weeks (unless instructed otherwise):
 - Do **not** lift, push, or pull more than 8 lbs. (about the weight of a gallon of water). This includes children and pets.
 - Avoid repetitive arm movements such as chores (vacuuming, washing dishes, laundry).
- For 4 weeks:
 - Do **not** sleep on your stomach.
 - Avoid heavy or aerobic exercise (activities that cause heavy breathing or sustained elevated heart rate).
 - Walking is encouraged and helpful for 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.
- Swelling in your legs can happen after this surgery. If you have swelling, elevate your legs on a pillow or chair when at rest. You may purchase knee-high compression stockings if the swelling is not improving.
- Returning to work varies from person to person, and depends on the type of work you do. Please talk with your surgeon about what may be best for you.

Liposuction Areas

- You will wake up from surgery in a compression garment covering the areas of liposuction. Wear this garment 24 hours a day, every day for 4 weeks (unless instructed otherwise). It is okay to remove the garment for showering and laundering.
- Bruising and swelling may form around the sites where you had liposuction and may also spread to nearby areas.
- You may use ice or cold packs on your liposuctioned areas only, not on or near your breasts. Ice and compression will help with pain, swelling, bruising, and contouring.
 - Do **not** place ice directly on the skin. Place a cloth or thin towel between the ice and your skin.
 - Place it on the area for 20 minutes on and 20 minutes off.

Fat Grafting Areas

- Do **not** wear tight or compressive garments on your breasts for 4 weeks. You may wear a loose-fitting bra without underwire, such as a soft camisole or Coobie bra for comfort.
- If you were placed in a surgical bra, wear this bra 24 hours a day for 4 weeks.
- You may have bruises and swelling around your breast where the fat was injected.
- You may have small scabs across your chest at the injection sites. These should heal over time.

When to Contact the Care Team

Contact our clinic or your doctor if you have:

- Bleeding or drainage that soaks your dressing (hold pressure on the site to help with bleeding until you can get medical care)
- 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 (white, yellow, or green in color)
- Nausea or vomiting
- New rash
- Pain that is getting worse and is no longer helped by your pain medicine

If you are experiencing redness, swelling, pain, cramping, or warmth usually in one limb, these may be signs of a blood clot. Please go to the ER.

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

Questions?

Your questions are important. Contact your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns.

During Clinic Hours

(Monday through Friday except holidays, 8 a.m. to 5 p.m.):

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

Or you may 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.