

## ¿Cómo se debe escoger un cirujano plástico?

Antes de tomar la decisión de realizarse una intervención quirúrgica, usted debe estar seguro de estar en el lugar adecuado y en buenas manos. Es importante tener en cuenta, que no todos los médicos son cirujanos y mucho menos cirujanos plásticos.

A la hora de tomar la decisión de realizarse una intervención quirúrgica, son muchos los aspectos que se deben tener en cuenta como: médico, clínica donde realiza las intervenciones, reconocimiento, experiencia, entre otros, todos estos aspectos, pueden garantizar resultados óptimos durante y después de la cirugía. La economía no debe ser el factor decisivo al momento de escoger un cirujano, debido a que es su vida la que está en juego.

Es importante que antes de la cirugía, aclare todas las inquietudes que puedan surgirle, tales como: tipos de implantes, tamaños, marca y procedencia, con el fin de evitar, que el médico busque minimizar costos en este aspecto y utilice materiales de baja calidad, los cuales pueden aumentar la posibilidad de futuras complicaciones.

## Mamoplastia de reducción y levantamiento del busto

### ¿Qué personas se pueden levantar o disminuir el busto?

Cualquier mujer que tenga una madurez física completa. Es ideal contar con el mayor desarrollo mental posible, para entender los alcances y eventuales complicaciones de la cirugía. En mujeres muy jóvenes las mamas pueden volver a aumentar de tamaño con el paso del tiempo, adicionalmente, los embarazos pueden aumentar el tamaño del busto y ocasionar la caída del mismo.

## Procedimiento:

Una reducción de mamas, también conocida como mamoplastia, es un procedimiento quirúrgico para reducir el tamaño y mejorar la forma de las mamas. Habitualmente, las mujeres que son candidatas para este procedimiento tienen síntomas físicos relacionados con el peso o la forma de sus mamas. Estos síntomas incluyen dolores de espalda, de cuello y estrías en las mamas.

Las incisiones varían según el tamaño de la mama antes y después de la operación. Se realiza una incisión alrededor del pezón y la aureola, acompañada de otra incisión bajo la aureola con o sin incisión horizontal en el pliegue bajo la mama. Las técnicas de cicatriz corta se suelen aplicar en cirugía de reducción de mamas y permiten una reducción del tamaño excelente con una forma mejorada a la vez que limitan la extensión de las incisiones.

Para reducir mamas muy grandes, en algunos casos el pezón y la aureola pueden tener que extirparse quirúrgicamente y ser reimplantados posteriormente. Extirpar y reimplantar el tejido del pezón o la aureola provoca la pérdida de sensibilidad en el pezón y la incapacidad de dar el pecho.

## ¿Cuánto tiempo dura la cirugía?

La cirugía puede durar entre dos y cuatro horas, dependiendo del tamaño del busto y de la cantidad de piel sobrante en cada caso.

## Anestesia:

Se administra anestesia general para dormir completamente al paciente. Este procedimiento también puede realizarse con sedación vía intravenosa y anestesia local.

## ¿Cómo son las cicatrices?

Cuando el busto está caído y sobra piel, es necesario realizar cicatrices acordes y proporcionales a cada problema en particular, siendo alrededor de toda la areola en casos de descolgamiento mínimo, en forma vertical o en forma de "T" invertida o ancla para aquellos con descolgamiento máximo. Las cicatrices se demoran de uno a dos años en mejorar su aspecto.

## Posibles efectos secundarios:

Aparición de moratones, tumefacción, malestar leve, entumecimiento y sequedad o sensibilidad de la piel.

Riesgos:

Es posible que se formen cicatrices poco favorables con queloides. Otros riesgos son: pérdida de piel, infección, asimetría en la situación de los pezones, y la posibilidad de pérdida permanente de la sensibilidad en los pezones y/o las mamas.

## ¿El proceso de lactancia puede verse afectado por la cirugía?

El 20% de los pacientes que han lactado previamente a la cirugía pueden perder la capacidad de lactancia, cuando se realizan intervenciones mamarias simples. En casos de mamoplastia de reducción o mastopexia, el porcentaje puede ser mayor.

## ¿Qué factores pueden ocasionar que el busto vuelva a caerse?

Los cambios de peso, el ejercicio sin protección adecuada, el no uso de brassieres, los embarazos con o sin lactancia, la implantación de prótesis demasiado grandes y por ende muy pesadas, sumados a una piel poco elástica pueden ocasionar o facilitar la caída del busto.

## ¿Cómo debe ser la preparación antes de la cirugía?

Como ante cualquier intervención quirúrgica, el paciente debe suspender o evitar el consumo ocasional de aspirina o cualquiera de sus derivados, al menos una semana antes de la cirugía. El consumo de piña y el tomar vitamina C (Redoxon 2 tab7día), disminuyen la probabilidad de presentar "morados" luego del procedimiento. Debe notificar el consumo de cualquier medicamento, reportar cualquier enfermedad pasada o presente, y dar a conocer al cirujano problemas anestésicos. En procedimientos prolongados o que involucren lipoescultura, es recomendable suspender anticonceptivos orales al menos un mes antes del procedimiento; en caso de no ser esto posible, requerirá del empleo de medicamentos que disminuyan la probabilidad de eventos tromboembólicos después de la cirugía.

## ¿Es necesaria la hospitalización?

Estas cirugías usualmente son de carácter ambulatorio y no requieren hospitalización, a menos que se realicen otros procedimientos mayores.

## ¿Puede perderse sensibilidad?

La mayoría de pacientes conservan la sensibilidad en areolas y pezones. Aquellos pacientes que pierden sensibilidad en el post operatorio inmediato, usualmente la recuperan a los 3-4 meses, de no ser así, hay que esperar alrededor de un año y medio.

## ¿En casos de levantamiento del busto pueden requerirse implantes de silicona?

Si el paciente desea conservar el tamaño del busto, o incluso aumentarlo un poco y desea un busto más voluptuoso, es necesario utilizar implantes de silicona.

## ¿Cuánto dura el proceso de recuperación?

Los pacientes usualmente, están en capacidad de retornar a sus labores normales a los tres días después de la cirugía, pueden realizar ejercicio a los veinte días después. El proceso de desinflamación total, dura alrededor de 4 meses, pero la forma definitiva del busto se alcanza alrededor de un año luego de la cirugía.

## ¿Cómo puede disminuirse la inflamación luego de la cirugía?

Debe conservarse mucho reposo. Es conveniente mantener la cabeza elevada y aplicarse mucho hielo o compresas de agua fría los dos primeros días después del procedimiento. Debe cambiarse la posición de las mismas o del hielo cada 15 minutos, para evitar quemar la piel. Se recomienda dormir con la cabeza lo más elevada posible, incluso semisentada. Al tercer día post quirúrgico se recomienda el empleo de paños de agua tibia con sal de Inglaterra o sal de Epson. La aplicación de caléndula, o té de manzanilla localmente, ayuda también a disminuir la inflamación y los "morados".

## Resultados:

Los resultados varían de un paciente a otro. Otros factores que podrán influir en los resultados son: gravedad, embarazo, edad y los cambios de peso que podrían provocar flacidez en la piel. Los resultados podrán durar más o tener mejores resultados si las prótesis se insertan como parte del procedimiento para añadir apoyo al tejido mamario recién colocado.

## ¿Cuánto tiempo se recomienda cuidarse del sol?

Cualquier persona que se hay realizado una cirugía, debe cuidarse de la exposición solar durante dos o tres meses luego del procedimiento y tratar con antisolar las cicatrices externas durante el primer año de la cirugía, para evitar la hiperpigmentacion de las mismas. Los "morados" en las cirugías de cara deben cubrirse con cremas antisolares desde el postoperatorio temprano.

