

¿QUÉ ES LA SCM, TAMBIÉN CONOCIDA COMO

CIRUGÍA MASCULINIZANTE SUPERIOR?

La cirugía masculinizante del pecho implica extirpar el tejido glandular y graso del pecho (es decir, el tejido mamario). También se la conoce como mastectomía.

Se usan diferentes técnicas quirúrgicas para quitar el tejido del pecho. La técnica quirúrgica que se elija dependerá en gran medida de la anatomía de cada paciente. Las dos técnicas más comunes son:

Incisión doble: Se usa para las personas que tienen más tejido y pueden necesitar una o dos líneas horizontales a través del pecho en la línea del músculo pectoral. La areola y los pezones se reacomodan (mediante un proceso de injerto) y se les remodela para darle al pecho una apariencia más masculina.

La incisión periareolar, o de "ojo de cerradura" se puede realizar en las personas con menos tejido mamario. Se hace una incisión más pequeña en el área areolar y se hace una liposucción para quitar el tejido graso. No se suele modificar la forma y la posición del pezón.

YA ESTÁS EN CAMINO PARA SER MÁS TÚ, Y QUEREMOS AYUDARTE.

La misión de Gender Health SF es aumentar el acceso a la atención médica de calidad que permita afirmar el género de las personas transgénero y no binarias subatendidas de San Francisco, independientemente de su estatus migratorio o falta de ingresos.

NOTAS:



sfdph.org/genderhealthsf

genderhealthsf@sfdph.org
(628) 217-5788



Mastectomía subcutánea con reconstrucción del pecho

TAMBIÉN CONOCIDA COMO CIRUGÍA MASCULINIZANTE SUPERIOR

Riesgos de la cirugía

Cómo obtener los mejores resultados

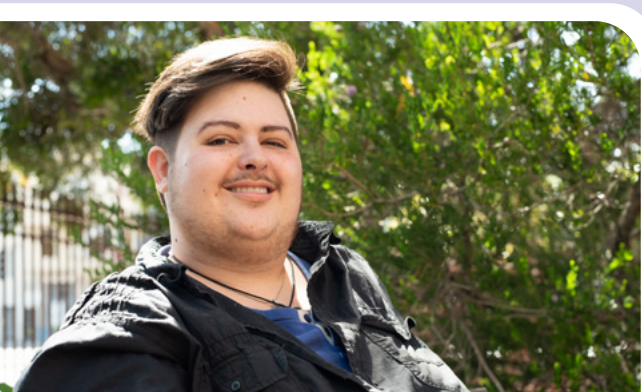
Preguntas para hacerle a le cirujane

Posibles procedimientos quirúrgicos y no quirúrgicos

YA ESTÁS EN CAMINO PARA SER MÁS TÚ

GENDER HEALTH SF

sfdph.org/genderhealthsf • (628) 217-5788



PREPARACIÓN PARA LA CONSULTA QUIRÚRGICA

Tu navegadore puede ayudar a que te prepares para tener una buena consulta con tu cirujane y hables sobre los objetivos que tienes y los resultados que deseas antes de esa consulta.

PLAN QUIRÚRGICO

Las técnicas quirúrgicas que se usen se basan en la forma y el tamaño de los senos, la elasticidad de la piel y también las necesidades y preferencias de cada paciente. Durante la consulta, analizarán tus preferencias con tu cirujane a fin de determinar un plan quirúrgico acorde a tus necesidades.

TAMAÑO Y SENSIBILIDAD DE LOS PEZONES

Durante la consulta, te recomendamos hablar con el cirujane sobre el tamaño de los pezones, cómo cambiará su forma y su sensibilidad, así como la sensibilidad erótica. Puedes elegir quitar los pezones totalmente si lo deseas.

CICATRICES

Toda cirugía deja algún tipo de cicatriz. Es importante analizar dónde se harán las incisiones y el posible impacto de las cicatrices en la zona del pecho.

Preparación para la cirugía y expectativas

Tu PCP, tu cirujane y tu navegadore de Gender Health te ayudarán a prepararte para la cirugía a fin de asegurar que las expectativas sean quirúrgicamente posibles y puedas conseguir resultados óptimos.

SALUD FÍSICA

Mantén un peso corporal saludable. Tener un exceso de peso puede aumentar las complicaciones e interferir con la cicatrización de las heridas. Si bien no hay un requisito estricto de Índice de masa corporal (IMC), tu cirujane puede analizar contigo ciertas consideraciones o riesgos específicos de la anestesia, según cuál sea tu IMC. Siempre es beneficioso que llegues a tu propio peso ideal sostenible antes de la cirugía.

SALUD MENTAL Y BIENESTAR

Para hacerse una cirugía, hay que prepararse tanto física como mentalmente. Una cirugía provoca estrés y mucha gente siente un aumento de la depresión o la ansiedad después del procedimiento. Si notas algún cambio en tu estado de ánimo o tu forma de dormir, especialmente con la anestesia, háblalo con el equipo de profesionales que te atiende. Si tienes algún problema de salud mental, comunícate con tu profesional de la salud mental o tu navegadore para que te ayuden.

FUMAR

El consumo de nicotina, ya sea por fumar, usar parches, mascar chicle o vapear, puede interferir con la cicatrización de las heridas. Si usas nicotina, deberías hablar con tu PCP y cirujane a fin de fijar una fecha para dejar de hacerlo. Los cirujanes exigen que los pacientes dejen de usar nicotina antes de la cirugía y pueden solicitar alguna prueba para confirmarlo.

Si inhalas cannabis, es importante que busques otra forma de usarlo, por ejemplo, en aplicación tópica, masticable y tinturas, o que dejes de usarlo directamente.

APOYO

Crea tu red de apoyo con proveedores, familiares y tu comunidad para que te ayuden a planificar y organizar tu recuperación antes y después de la cirugía.

- Transporte para ida y vuelta de las citas
- Planificación y preparación de comidas
- Creación de un espacio tranquilo y que ayude a la recuperación

¿Qué puedo esperar después de la cirugía?

Cada persona se recupera de forma diferente. Es normal que los pacientes tengan dolor, moretones, hinchazón y drenaje de líquido o sangre. Saldrás del hospital con un vendaje alrededor del pecho. Se recomienda que lo mantengas hasta la visita de control una semana después de la cirugía. Quizás tengas que dormir en determinadas posiciones, de espalda y en posición semisentada por un par de semanas después de la cirugía.

MOVILIDAD

Después de la cirugía, tendrás menos movilidad y menor capacidad de mover y levantar los brazos. Es importante que reacomodes el lugar donde te recuperarás para que no tengas que levantar ni alcanzar nada por encima de la altura de los hombros durante tu recuperación.

CONTROL DEL DOLOR

Pregúntale a tu doctore que te darán para controlar el dolor. Si tienes antecedentes de uso de sustancias, podrías analizar con el doctore cuáles son las maneras más seguras de controlar el dolor después de la cirugía.

Los cuidados posoperatorios pueden variar para cada paciente y dependen del plan que hayas coordinado con tu cirujane. A fin de obtener los mejores resultados y para ayudar a evitar complicaciones, es esencial que sigas todas las indicaciones posoperatorias que te haya dado el cirujane. Asegúrate de revisar las indicaciones con tu guía y el cirujane. Las siguientes preguntas pueden servirte de orientación en la conversación con el cirujane:

- ¿Cómo será el proceso de recuperación durante los 3 meses posteriores a la cirugía?
- ¿Cuáles son las recomendaciones para limitar la actividad física o sexual?
- ¿Cuándo puedo comenzar a levantar o llevar objetos más pesados?
- ¿Cuándo puedo levantar los brazos por encima de los hombros?
- ¿Cómo afectará las posiciones que suelo usar para dormir?
- ¿Cuánto tiempo tendré que ausentarme de mi trabajo o mis estudios?school?



Si bien todo lo que el cirujane te solicita hacer puede parecer abrumador, recuerda que no estás por tu cuenta. Estamos contigo. Puedes comunicarte con tu navegadore de Gender Health SF para pedirle ayuda.