

# Recomendaciones después de cirugía de catarata por facoemulsificación

Guía general para los primeros días después de la cirugía. Siga siempre la fórmula y las indicaciones específicas entregadas por su oftalmólogo.

## 1. El día de la cirugía

- Descanse el resto del día.
- No conduzca ni regrese solo a casa.
- Use el protector ocular según se le indicó.
- No se frote ni presione el ojo operado.
- Evite esfuerzos físicos, levantar peso o agacharse repetidamente.
- Puede comer normalmente, salvo indicación diferente.

## 3. Gotas formuladas habitualmente

Use las gotas solo si fueron recetadas para usted y no las suspenda antes de tiempo salvo indicación médica.

- Moxifloxacina: 1 gota, 3 veces al día.
- Prednisolona: 1 gota, 3 veces al día.
- Nepafenaco: 1 gota, 3 veces al día.
- Si usa gotas para glaucoma u otros tratamientos oculares crónicos, siga la indicación específica dada en consulta.

## 5. Higiene y cuidados

- Puede bañarse con cuidado, evitando agua, jabón o champú en el ojo operado.
- No dirija el chorro de agua hacia la cara.
- Para lavar el cabello, incline la cabeza hacia atrás, como en peluquería.
- Si limpia secreción, use gasa limpia y suero fisiológico o agua hervida fría. No presione el ojo.
- No use maquillaje alrededor del ojo hasta autorización médica.

## 2. Qué puede ser normal

Durante los primeros días puede presentar visión borrosa o fluctuante, sensación de arenilla, lagrimeo, sensibilidad a la luz, ojo ligeramente rojo o molestia leve.

Estos síntomas deben mejorar progresivamente. La visión puede tardar días o semanas en estabilizarse.

## 4. Cómo aplicar las gotas

1. Lávese bien las manos.
2. Verifique que la gota sea para el ojo operado.
3. Incline la cabeza hacia atrás y mire hacia arriba.
4. Baje suavemente el párpado inferior.
5. Aplique una sola gota.
6. Cierre el ojo suavemente, sin apretar los párpados.
7. No toque el ojo ni las pestañas con la punta del frasco.
8. Espere al menos 5 minutos entre gotas diferentes.

## 6. Actividades

Puede caminar suavemente, leer, ver televisión o usar pantallas si se siente cómodo. Evite hasta autorización médica:

- Frotarse o presionar el ojo.
- Levantar peso o hacer ejercicio fuerte.
- Agacharse repetidamente.
- Deportes de contacto.
- Piscina, mar, jacuzzi, sauna o turco.
- Polvo, humo, jardinería o ambientes contaminados.
- Conducir hasta que su visión sea adecuada y el médico lo autorice.

## Consulte de inmediato si presenta

- Dolor fuerte o dolor que aumenta; pérdida súbita o disminución importante de la visión.
- Visión que inicialmente mejora y luego empeora; enrojecimiento intenso o progresivo.
- Secreción abundante o purulenta; náuseas o vómito asociados a dolor ocular.
- Golpe o trauma en el ojo; aparición súbita de muchas moscas volantes; destellos de luz.
- Sombra oscura o sensación de "cortina" en la visión; sensibilidad intensa a la luz.
- Cualquier síntoma que le preocupe o no mejore como esperaba.

Controles: asista puntualmente a sus citas. Lleve sus gotas y preguntas.

Preguntas adicionales: déjenos saber sus dudas para orientarle según su caso.

Material educativo. No reemplaza la valoración médica individual.