



Cirugía de Catarata

Guía clara para tu cirugía de catarata: cómo prepararte, qué esperar el día del procedimiento y cómo cuidarte después para una recuperación segura.

Fecha: 2025-11-01 · Versión: v2025-11

Este documento es informativo y no reemplaza la indicación de tu especialista.

Antes de tu procedimiento

- Programación verificará datos, orden médica y autorización antes de anestesia.
 - Si es anestesia local, no hay valoración previa: espera llamada con fecha y hora.
 - Lleva el consentimiento informado a anestesia (si aplica).
 - Tras la cita de anestesia, la clínica confirmará fecha y hora; llega antes para trámites.
-

Recomendaciones previas

- Ayuno según indicación (estómago vacío).
 - Lava tu cara con agua y jabón; no apliques cremas ni bloqueador.
 - Sin esmalte ni acrílico; sin pestañas postizas.
 - Sin accesorios ni objetos de valor; usa ropa cómoda.
 - Ven con un acompañante mayor de edad (habrá visión limitada después).
-

El día del procedimiento

- Cumple ayuno y recomendaciones; trae documento de identidad (tú y tu acompañante).
 - Trae consentimiento informado y exámenes si no se tomaron en la clínica.
 - Llega a la hora indicada por programación para admisión y pagos.
 - Espera en sala hasta el ingreso a cirugía.
-

Identificación de riesgos

- Verifica procedimiento, lateralidad y nombre del especialista.
 - Confirma tus datos en la manilla blanca; si tienes alergias avisa para manilla especial.
 - Te marcarán el sitio quirúrgico antes de entrar a salas.
 - Todo el personal debe presentarse y confirmar tu procedimiento en cada paso.
 - Sigue indicaciones para reducir riesgo de caídas; pregunta si tienes dudas.
-

Después de tu cirugía

- Pasarás a recuperación hasta estar estable para ir a casa.
- Antes de salir debes recibir fórmula, incapacidad (si aplica), cita de control e indicaciones y signos de alarma.
- Recibirás una llamada de seguimiento al día siguiente.

Recomendaciones postoperatorias generales

- Reclama medicamentos y aplícalos/tómalos según indicación al salir.
- Lava tus manos antes de manipular el ojo; guarda medicamentos en lugar fresco.
- No te expongas al sol.

Cuidados específicos - Catarata

Generales

- Reposo relativo, sin esfuerzos ni levantar peso.
- Dormir con cascarilla protectora; no acostarse sobre el lado operado.
- Sin pantallas ni conducción hasta autorización médica.
- Higiene de manos rigurosa; limpieza del ojo con gasas y solución salina/agua de botella.
- Uso permanente de gafas con protección UV los primeros 15 días.
- Sin piscinas, saunas o zonas húmedas hasta autorización médica.
- Evita maquillaje y cremas hasta indicación médica.
- Cumple controles postoperatorios; alimentación sin irritantes.

Manejo del dolor

- Analgésicos formulados por tu médico (oral y/o tópico).
- Sigue exactamente las dosis y horarios indicados.

Medicación y cuidados locales

- Antibióticos tópicos y lubricantes según fórmula.
- Evita frotar los ojos pese a resequedad o picazón.

Síntomas normales

- Lagrimeo, sensación de cuerpo extraño.
- Fotofobia y visión borrosa leve con mejoría progresiva.

Signos de alarma

- Dolor severo después de 48 h.
- Enrojecimiento progresivo.
- Fiebre > 38°C.
- Secreción amarillenta o espesa.
- Dificultad para abrir el ojo o pérdida súbita de visión.

Qué evitar

- Exposición directa al sol sin gafas oscuras grandes.
- Nadar o usar jacuzzi/sauna el primer mes.
- Frotar los ojos.
- Automedicarse.

Controles médicos

- Asiste a todas las consultas postoperatorias programadas.
- El resultado definitivo puede tardar 1-2 meses en apreciarse.

Recordatorio de restricciones y tiempos de recuperación

Tiempo estimado de recuperación: 4-6 semanas para recuperación funcional; resultado visual se consolida en 1-2 meses

Restricciones:

- No piscina, sauna o jacuzzi (4 semanas)
- Sin ejercicio intenso ni deportes de contacto (4 semanas)
- Evita polvo, humo o químicos
- Sin maquillaje ocular (mínimo 2 semanas)

Si presentas síntomas de alarma o tienes dudas, consulta oportunamente con tu equipo de salud.