

Orientações pré-operatórias

Cirurgia de catarata

Estas orientações complementam a consulta, a receita, a avaliação anestésica e as instruções individualizadas da equipe. Em caso de diferença, siga a orientação específica recebida para você.

Acompanhante e transporte

- Traga um acompanhante maior de 18 anos, que ficará com você até a liberação médica.
- Deixe o dia livre e organize o transporte. Você não poderá dirigir na volta.

Jejum e preparo

- Siga o tempo de jejum informado pela equipe ou pelo anestesiológico. Se você recebeu um protocolo diferente dos tempos abaixo, a orientação individual prevalece.

Ingestão	Jejum mínimo de referência
Líquidos claros sem resíduos água ou chá sem leite	2 horas
Refeição leve ou leite ex.: torrada simples + água ou chá sem leite	6 horas
Dieta geral, frituras, alimentos gordurosos ou carne	8 horas ou mais

Tempos gerais de referência para adultos saudáveis em procedimentos eletivos. Não considere como refeição leve opções com manteiga, queijo, ovos, carnes, embutidos ou frituras. Diabetes, refluxo, dificuldade de esvaziamento do estômago e alguns medicamentos podem exigir outra conduta. Em caso de dúvida, confirme com a equipe antes de comer ou beber.

Medicamentos e diabetes

- Informe todos os medicamentos, suplementos, alergias e doenças. Não suspenda anticoagulantes, antiagregantes ou outros remédios por conta própria.
- Em geral, no dia da cirurgia e por causa do jejum, os hipoglicemiantes orais e a dose usual de insulina do período da cirurgia são suspensos. Essa conduta pode mudar para cada paciente.
- Algumas pessoas precisam reduzir ou manter a insulina basal. O plano depende do tipo de diabetes, do medicamento e do esquema de insulina. Siga a orientação do anestesiológico ou do médico que acompanha você e não faça ajustes sozinho.
- Avise com antecedência se usa medicamentos para diabetes ou emagrecimento, como dapagliflozina, empagliflozina, semaglutida ou tirzepatida, pois alguns exigem um planejamento específico antes do dia da cirurgia.

Na véspera e no dia

- Na véspera, tome banho e lave bem os cabelos e o rosto. Pela manhã, lave o rosto, as pálpebras e os cílios.
- Use roupa confortável e fácil de tirar. Não use maquiagem, cremes, perfume, esmalte, joias ou bijuterias.
- Não fume nem beba álcool no dia anterior. Avise a equipe se estiver com tosse, resfriado, febre ou outra intercorrência.

Durante a cirurgia

- A cirurgia é realizada com anestesia tópica em colírios e sedação leve.
- Você ficará monitorizado e será orientado a olhar para a luz do microscópio.
- Um campo cobrirá o rosto, mas você respirará normalmente com auxílio de uma fonte de oxigênio.
- Pode conversar, mas evite se mexer. O procedimento é rápido; o preparo e a dilatação levam um pouco mais.



Dr. Marcelo V. Muce

CRM-SP 162.581 | RQE 73988

CIRURGIA DE CATARATA
CIRURGIA REFRACTIVA

Orientações pós-operatórias

Cirurgia de catarata

A recuperação costuma ser tranquila. Estes cuidados protegem o olho operado e ajudam a alcançar um bom resultado.

Ao chegar em casa

- Vá para casa acompanhado e repouse. Não precisa permanecer deitado, mas evite atividades no dia da cirurgia.
- Alimente-se conforme a liberação da equipe e sua tolerância após a sedação.
- Mantenha a região dos olhos limpa e seca. Se houver secreção nos cílios, limpe delicadamente com gaze limpa umedecida com soro fisiológico ou água filtrada, sem esfregar e sem deixar líquido entrar no olho.

Colírios

- Use os colírios conforme a receita. Os horários são flexíveis: não é necessário aplicar no minuto exato, desde que você mantenha o número de aplicações indicado e procure distribuí-las ao longo do período em que estiver acordado.
- Se a receita trazer um intervalo específico ou uma orientação diferente, siga essa instrução. Não reduza, aumente ou interrompa os colírios por conta própria.
- Se dois colírios coincidirem, aguarde 10 minutos entre eles. Lave as mãos e não encoste a ponta do frasco nos cílios ou no olho.
- Não use água boricada nem qualquer colírio que não tenha sido prescrito.

Cuidados essenciais

- Não coce, aperte ou esfregue os olhos.
- Evite esforços, abaixar a cabeça e relações sexuais por 10 dias.
- Por pelo menos 14 dias e até a liberação médica, evite piscina, mar, sauna, hidromassagem, musculação pesada, exercícios intensos e posturas invertidas, como ficar de cabeça para baixo.
- Evite esportes de contato ou impacto por 30 dias.
- Durma de barriga para cima ou do lado oposto ao olho operado e use o oclutor para dormir por 1 semana.
- Evite água, sabonete e xampu diretamente no olho. Tenha cuidado com pisos escorregadios e com o contato com crianças e animais.
- Use óculos escuros em ambientes claros, se desejar. Não use maquiagem nem cremes na região dos olhos por 7 dias.

Visão e sintomas esperados

- Visão embaçada ou oscilante, lacrimejamento, sensibilidade à luz e sensação de areia podem ocorrer nos primeiros dias.
- Leve dor ou desconforto podem ocorrer, mas devem ser controláveis e melhorar progressivamente.
- Não dirija até estar enxergando com segurança e receber liberação médica.

Retornos

- Compareça nas datas e horários marcados, mesmo que esteja enxergando bem.
- Não espere o próximo retorno se surgir um sinal de alerta ou qualquer sintoma fora do esperado.

Estas orientações são gerais. Sua receita e as instruções individualizadas da equipe sempre prevalecem.



Dr. Marcelo V. Muce

CRM-SP 162.581 | RQE 73988

CIRURGIA DE CATARATA
CIRURGIA REFRACTIVA

Linha do tempo da recuperação

Cirurgia de catarata

Os prazos abaixo refletem o protocolo deste documento. A recuperação varia entre pacientes e pode ser ajustada após cada avaliação.

Período	O que esperar e principais cuidados
Dia da cirurgia	Vá para casa acompanhado, repouse, inicie os colírios conforme a receita e não dirija. A visão pode estar embaçada.
Primeiras 24 horas	Lacrimejamento, sensação de areia e leve desconforto podem ocorrer. Não esfregue o olho e use o oclutor para dormir.
2º ao 7º dia	A visão costuma melhorar gradualmente. Mantenha os colírios, os retornos e o oclutor à noite. Não use maquiagem ou cremes perto dos olhos.
Até 10 dias	Evite esforços, abaixar a cabeça e relações sexuais. Retome atividades leves somente conforme seu conforto e a orientação médica.
Pelo menos 14 dias	Evite piscina, mar, sauna, hidromassagem, musculação pesada, exercícios intensos e posturas invertidas, como ficar de cabeça para baixo. Retome somente após liberação médica.
Até 30 dias	Evite esportes de contato, impacto ou qualquer situação com risco de trauma ocular.
Após liberação	Direção, exercícios e demais atividades são retomados conforme a visão, a evolução no exame e a liberação médica.

Sinais de alerta

Entre em contato imediatamente com a equipe e não aguarde o retorno agendado. Se não conseguir contato rápido, ou se houver perda visual súbita ou dor intensa, procure um pronto atendimento oftalmológico.

- Perda ou piora súbita da visão, ou piora depois de uma melhora inicial.
- Dor forte, crescente ou que não melhora com a medicação orientada.
- Vermelhidão ou inchaço que aumentam, ou secreção amarelada ou purulenta.
- Náuseas ou vômitos acompanhados de dor ocular forte, dor de cabeça ou halos coloridos ao redor das luzes.
- Aparecimento súbito de muitos pontos pretos, flashes luminosos, sombra ou cortina no campo de visão.
- Trauma no olho, queda ou contato acidental com produto químico.

WhatsApp Scopo: (19) 97131-9460 | Telefone: (19) 4042-8698

Referências clínicas: Resolução CFM nº 2.174/2017, disponibilizada pela Sociedade Brasileira de Anestesiologia; American Society of Anesthesiologists, Practice Guidelines for Preoperative Fasting; American Diabetes Association, Standards of Care in Diabetes - 2026. Revisão editorial e clínica: julho de 2026.



Dr. Marcelo V. Muce

CRM-SP 162.581 | RQE 73988

CIRURGIA DE CATARATA
CIRURGIA REFRACTIVA