



Recuperación boca abajo después de una cirugía de retina

Qué es la recuperación boca abajo después de una cirugía de retina?

Después de una cirugía de retina, deberá mantener la cabeza en posición boca abajo. Esto se debe a que le habrán colocado una burbuja de gas en el ojo. Recuperarse con la cabeza boca abajo permite que la burbuja flote en la posición correcta. La burbuja mantiene la retina en su lugar para que sane correctamente.

Su médico le dirá cuánto tiempo tiene que permanecer boca abajo. Puede tomar pocos días, una semana o más. Gradualmente, el ojo se llena con su propio líquido y la burbuja de gas desaparece.

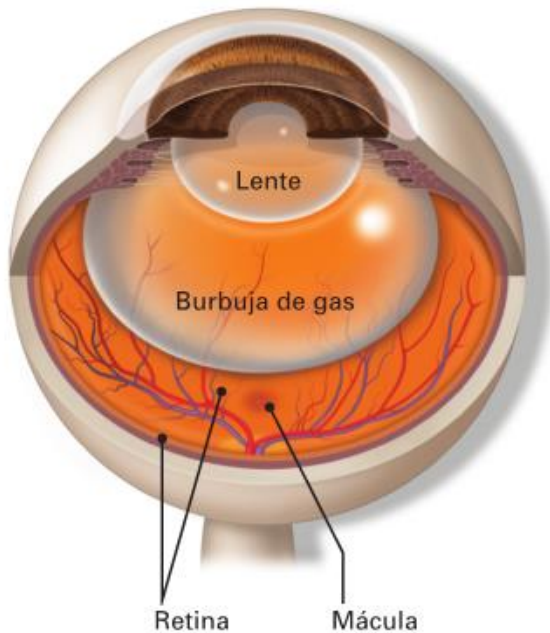


Figura 1: Posición incorrecta. Mirando hacia arriba, la burbuja de gas flota incorrectamente en el ojo. Su retina puede no sanar bien en esta posición.

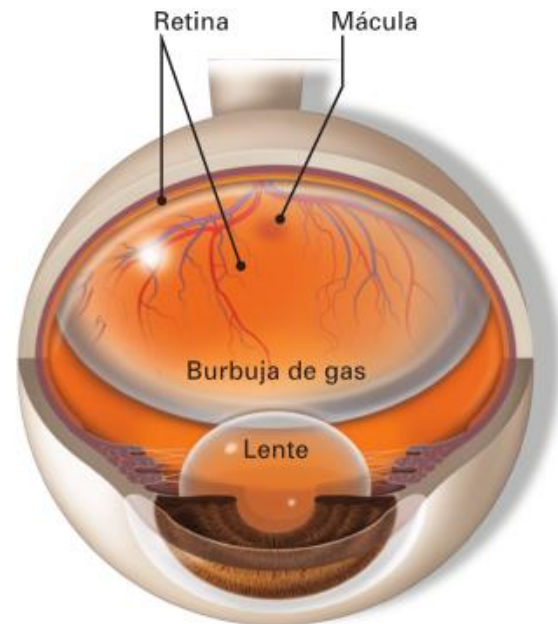


Figura 2: Posición correcta. Si está sentado o recostado boca abajo, la burbuja flotará en la posición correcta en el ojo, ejerciendo presión sobre la retina y ayudando a que se vuelva a adherir a la parte posterior del ojo.

Aspectos importantes sobre la recuperación boca abajo:

- Debe permanecer boca abajo **en todo momento**, a menos que el cirujano de ojos le diga lo contrario. Esto significa estar boca abajo cuando está parado, sentado, cuando come, camina y duerme. Para estar seguro, alguien debe acompañarlo mientras camina.
- La cirugía podría dañarse si no mantiene la posición adecuada durante la recuperación. Esto se debe a que si está en la posición equivocada ejerce presión en otras partes del ojo. Eso puede llevar a otros problemas en el ojo.

- No puede volar en avión hasta que la burbuja de gas haya desaparecido. Los cambios de altitud pueden hacer que la presión del ojo suba. Esto puede traer problemas con la burbuja.

Para facilitar la recuperación boca abajo o de costado:

- **Sentado:** cruce los brazos sobre una mesa y apoye la frente sobre los brazos.
- **Acostado:** acuéstese cabeza abajo sobre una almohada; deje la parte en recuperación del rostro colgando en el borde de la cama. Esto ayuda a disminuir el dolor y mantiene la presión del ojo operado.
- **En cualquier momento:** use equipo especial para que sea más fácil quedarse boca abajo o de costado. Puede alquilar o comprar equipo como:
 - Sillas para sentarse boca abajo. Estas sillas pueden ajustarse para brindar soporte a la cabeza y el cuello mientras está sentado.
 - Catres con almohadilla para la cara. Estos catres le permiten dejar las manos libres mientras se sienta en la mesa.
 - Almohadas para dormir boca abajo. Estas almohadas tienen un espacio cortado para la cara que lo ayudan a dormir más cómodamente.
 - Espejos para mirar boca abajo. Tienen un ángulo que le permiten ver a las personas u objetos delante suyo. De esta manera puede mirar la televisión o hablar directamente a las personas que lo visiten.

Consulte a su oftalmólogo sobre alquilar o comprar equipos para la recuperación boca abajo. Estos artículos harán que su recuperación sea más cómoda.

Resumen

Después de la cirugía de retina, es muy importante permanecer en la posición boca abajo para recuperarse. Si no lo hace, puede tener otros problemas en el ojo y perjudicar el resultado de la cirugía.

Consulte a su oftalmólogo para que le dé consejos y artículos que faciliten su recuperación boca abajo.

Infórmese más sobre la salud ocular en OjosSanos—una publicación de la Academia Americana de Oftalmología—en aao.org/salud-ocular.

CORTESÍA DE:

