



## Vea a su Oftalmólogo:

- Por lo menos UNA VEZ AL AÑO.
- Al diagnosticársele Diabetes si tiene más de 30 años o los cumplirá durante los próximos cinco años.
- Si tiene cambios en la visión de uno o los dos ojos.
- Si los cambios en la visión duran varios días.
- Si los cambios en la visión no están asociados a un cambio del azúcar en la sangre.
  - Si tiene flotadores o ve puntitos.
- En el primer trimestre del embarazo.



## Lentes de contacto y ÚLCERAS DE CÓRNEA



# Lentes de contacto y ÚLCERAS DE CÓRNEA

¿Es usted de las personas que duerme con los lentes de contacto? ¿Recicla la solución desinfectante del envase donde guarda los lentes?

El cuidado de los ojos es de suma importancia para todas aquellas personas que usen lentes de contacto. Éstos son ventajosos pues eliminan la necesidad de usar espejuelos, pero su uso conlleva ciertos sacrificios.

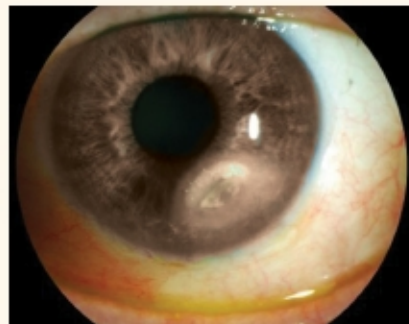


En Puerto Rico y Estados Unidos se han vuelto cada vez más populares las fórmulas de solución desinfectantes que eliminan la necesidad

de métodos enzimáticos para la limpieza de los lentes. Se ha visto que por esta misma razón ha aumentado la incidencia de infecciones de córnea llamadas úlceras.

La córnea es la parte transparente externa del ojo que permite el paso de la luz y ayuda a enfocar las imágenes para que podamos verlas claras. Una úlcera es cuando ocurre una interrupción o rasgadura de la superficie corneal, lo que permite la entrada de organismos infecciosos hacia ésta. Los lentes de contacto facilitan este proceso ya que inadvertidamente pueden causar pequeños rasgazos que sin darnos cuenta pueden empeorar, hasta que se infecte la córnea. Además, microorganismos se pueden

adherir y contaminar el lente de contacto. Cuando se usan los lentes por tiempo prolongado, como sucede cuando se duerme con ellos, se predispone a que se penetre la barrera de protección ocular.



ÚLCERA EN LA CÓRNEA

Entre los organismos infecciosos comunes con el uso de lentes de contacto se encuentran bacterias, hongos y otros parásitos conocidos como acantamebas. La recuperación visual varía de persona a persona y es dependiente, entre otras cosas, del agente infeccioso, tiempo de duración y del tratamiento. Es de suma importancia reconocer los signos y síntomas de esta condición para poder brindarle el manejo más apropiado. Una úlcera no cuidada puede causar pérdida total de visión y hasta la pérdida del ojo.

Algunos de los síntomas más comunes incluyen dolor, molestia a la luz y disminución de la visión. El paciente además puede presentar el ojo rojo y podría tener secreciones. Es importante entender que esta condición debe de ser tratada por los médicos especialistas llamados oftalmólogos y buscar una pronta evaluación de presentar algún síntoma ya mencionado.

Más importante que el tratamiento es la prevención. Hay maneras sencillas que ayudan a evitar las úlceras asociadas a lentes de contacto, entre las cuales se encuentran:

1. Lávese las manos antes de ponerse o quitarse los lentes.
2. Limpie a diario los lentes frotándolos levemente con sus dedos y después enjuaguelos con la solución recomendada por su especialista. No use el agua de la pluma para lavar los lentes.
3. Use solución nueva cada vez que llene el envase donde guarda los lentes. Este envase debe de ser lavado después de cada uso y dejarlo secar destapado.