

A partir de los 40, la presbicia es ineludible: oftalmólogo sugiere no abusar de estos anteojos

# ¿Puedo comprar lentes en la farmacia sin consultar antes al oculista?

WILHEM KRAUSE

**E**s domingo. El diario está en la mesa, el café al costado, hay olor a huevitos revueltos y afuera se escuchan niños jugando. Por breves momentos todo parece perfecto. Pero, al intentar leer, le cuesta enfocar las letras, las palabras no se ven claras. Y en un momento se da cuenta de algo: ha llegado la presbicia. Decide entonces tomar cartas en el asunto, rápido. Va a la farmacia, pero duda: ¿debería comprar lentes sin haberle preguntado nada a ningún doctor?

Un segundito antes de seguir. La presbicia es un problema de visión relacionado con la edad que dificulta la capacidad de enfocar objetos cercanos debido a la pérdida de flexibilidad del cristalino en el ojo. Esta enfermedad se manifiesta cerca de los 40 años, es irreversible y se vuelve más pronunciada con el pasar de los años. Cuando llegan las cuatro décadas de vida, su aparición es inminente. Tanto, que es realmente fácil encontrar sin receta lentes baratos para tratarla en cualquier lado, desde farmacias a cunetas.

El oftalmólogo Mauricio López, ex presidente de la Sociedad Chilena de Oftalmología, explica que es clave elegir un par de lentes adecuados para tratar este problema a la vista. De partida, la presbicia no afecta igual a cada ojo al mismo tiempo. "Puede que se requiera una corrección entre un lente y otro, y estos lentes vienen con una corrección estandarizada; la salud visual no sólo es un par de anteojos, se suelen subdiagnosticar otras patologías y pueden dar dolores de cabeza si no es la graduación adecuada, porque se cansan más los músculos del ojo".

**Me dicen que incluso podría aumentar la presbicia si uso lentes inadecuados.**

"Hay estudios al respecto, pero no han sido muy concluyentes; algunos dicen que es mejor no ocupar anteojos para que la presbicia no progrese o que hay que usarlos sólo para descansar la vista. Yo a los pacientes les digo que si tienen buena luz, leen con una letra grande y así andan bien, mejor que no los usen. Pero si hay mala luz, están cansados y la letra es pequeña -o tienen que enhebrar una aguja- sí. Yo tengo 50 años y lo digo con conocimiento de causa".

¿Pueden servir los lentes que se venden en las farmacias para la presbicia? Claro, responde López: "Uno puede pedirle al paciente que compre los que vienen hechos, pero



En Retrovisión tienen lentes especializados para pacientes con más de una enfermedad visual.

ya cuando han tenido alguna consulta para que sepan cuánto necesitan y obviamente en comercio establecido".

La graduación de los lentes para la presbicia se mide en dioptrías -al igual que otros problemas de visión-, que indican la cantidad de corrección necesaria para enfocar objetos cercanos con claridad. Los lentes parten en 1.0 dioptrías y, según el nivel del desenfoque, van creciendo en 0.25 puntos hasta llegar hasta 4.0 dioptrías. Y no necesariamente ambos ojos marcarán lo mismo.

Karina Chávez, académica de la Escuela de Tecnología Médica de la Universidad Bernardo O'Higgins, explica que para medir la presbicia se usan cartillas de lectura y se van probando diferentes lentes hasta lograr la mejor visión. ¿Existen máquinas para medir la presbicia de manera automática? "Las máquinas en general miden los problemas para ver de lejos", aclara.

## Multifocales

Gonzalo Gac, dueño de Retrovisión, óptica que usa realidad virtual para ayudar a escoger anteojos, cuenta que venden cristales para tratar más de una condición óptica, los bifocales o multifocales. "En la parte de inferior del cristal tienen la lupa para la presbicia, pero es invisible, así no te lo debes andar sacando ni ponerlos en la punta de la nariz, porque llegada cierta edad hay personas que necesitan un lente para cerca y un lente para lejos. Acá, en un cristal, tienes las dos distancias en uno; en un multifocal tienes lejos, intermedio y cerca, lo que es mucho más cómodo y estético", asegura.

Ellos no venden lentes listos, sino que los mandan a hacer de acuerdo a la receta para asegurarse de que el aumento sea el adecuado y los lentes a la larga no perjudiquen el funcionamiento del ojo.

Karina Chávez, de la UBO, explica que si un paciente sólo sufre presbicia, los cristales monofocales le servirán para ver de cerca. También existen cristales para quienes padecen, además de presbicia, alteraciones para ver de lejos como miopía, hipermetropía o astigmatismo. "Son los lentes progresivos, que tienen más de un foco para ver de lejos y para ver de cerca", apunta.

**Si le cuesta enfocar objetos cercanos pero también ve mal de lejos, hay opciones multifocales.**

## ¿Y los miopes?

Vamos a la miopía, que es precisamente la antítesis de la presbicia: se presenta a edades tempranas, dificulta ver de lejos y, por lo general, deja de aumentar a los 24 o 25 años. ¿Cómo escoger un lente para estos casos? Sí o sí, va a tener que ir a un oftalmólogo. Pero si le toca un aumento considerable, por sobre 3 dioptrías, los cristales más baratos se vuelven más gruesos. En estos casos, el oftalmólogo Mauricio López recomienda buscar cristales más trabajados.

**¿Es verdad que hay gente que se maree si usa lentes muy grandes?**

"Sí, es verdad. Esto ocurre sobre todo en los pacientes con astigmatismo, que al mirar bruscamente hacia el lado tienden a marearse, pero básicamente es acostumbramiento al uso del lente. Es que ahí afectan varias cosas: la graduación, si hay mucha diferencia de un ojo con respecto al otro y la edad del paciente. En un paciente más joven la plasticidad y la capacidad de adaptación es mejor".