GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

¿Cómo afecta el cambio climático a la salud visual?

Actualidad Empresarial | 17/11/2023 | 00:00

La sequía, las altas temperaturas de un otoño que parece verano y, en definitiva, el contraste extremo entre frío y calor influyen negativamente en la salud visual. Según el estudio Association Between Area Temperature and Severe Vision Impairment in a Nationally Representative Sample of Older Americans, las personas que viven en países con temperaturas medias anuales superiores a los 15 grados tienen más probabilidades de sufrir problemas de visión. En el estudio, también mencionan otros factores que intervienen en la salud ocular y que están relacionados con las altas temperaturas, como el aumento del tiempo de exposición a la luz ultravioleta o la polución en el aire.

Si, además de las condiciones climatológicas, se tiene en cuenta que cada vez las personas pasan más tiempo en espacios donde la temperatura está controlada de manera artificial, como es el caso de los edificios inteligentes, cabinas de avión, vehículos o transporte público, los efectos negativos en la superficie ocular aumentan. De hecho, diversos estudios han puesto de manifiesto que, igual que factores irritantes como el humo de un cigarrillo, el polvo o medicamentos contra la alergia influyen en la calidad de la visión, también lo hacen las condiciones climáticas adversas o los ambientes controlados de manera artificial.

¿Qué ocurre cuando se utilizan lentes de contacto?

Las lentes de contacto tradicionales también afectan a la salud visual. De hecho, según un artículo publicado en la revista Córnea, suponen un factor de riesgo para las personas que padecen ojo seco. Entonces, ¿qué alternativas hay para los que quieren prescindir de las gafas? Para empezar, existen diferentes tipos de lentillas:

Lentillas blandas

Están fabricadas con material hidrofílico y agua, proporcionando una mayor flexibilidad y comodidad. Las hay de uso mensual, quincenal o diario. Sirven para tratar la miopía, hipermetropía, el astigmatismo o la presbicia. Aportan a los ojos más hidratación que otro tipo de lentillas y, por lo tanto, el usuario tiene menos sensación de malestar. Son las más populares.

Lentillas rígidas

Sirven para corregir todo tipo de graduaciones. Resultan ideales para aquellos pacientes que buscan una calidad visual alta o que, bien por su error refractivo alto tanto de miopía, como de astigmatismo, necesitan mayor compensación.

Las lentes de contacto blandas son las que utilizan el 90 % de las personas; sin embargo, hay que tener en cuenta que no son las más adecuadas cuando se padece síndrome del ojo seco, ya que al actuar como una esponja, absorben la película lagrimal. En estos casos, las lentes rígidas son las más adecuadas, pero el tiempo de adaptación a este tipo de lentes es mucho mayor.

Por otro lado, los expertos en salud visual recomiendan no llevar las lentillas más de 8-10 horas al día, pero la realidad es que la mayoría de usuarios superan este límite de tiempo, poniendo en riesgo su salud visual. ¿Qué opciones son, entonces, las más adecuadas para ver bien sin que las temperaturas, la humedad, la sequedad del ambiente o el viento influyan de manera negativa en nuestros ojos?

Lentes Orto K, las lentillas contra el cambio climático

Las lentes Orto K están diseñadas exclusivamente para ser utilizadas durante el sueño. Durante esas horas, cuando el ojo descansa, la córnea se adapta a las lentes hasta corregir la visión. Por la mañana, al despertar, el usuario puede retirar las lentillas y ver correctamente durante el día gracias a esa adaptación. Es el único método no quirúrgico de corrección que ofrece la posibilidad de disfrutar de una visión perfecta sin necesidad de utilizar gafas o lentillas tradicionales.

Al utilizarse durante la noche, los ojos no se ven expuestos a las condiciones climáticas ni a los ambientes controlados de manera artificial como aires acondicionados o calefacción, que tanto afectan a los usuarios de lentes de contacto de uso diurno. Son ideales para las personas que padecen el síndrome del ojo seco, ya que durante el día los ojos no soportan una lente de contacto a ojo abierto y, además, permiten que su estructura lagrimal se desarrolle de forma natural, para los amantes del deporte o para profesionales que requieren una visión perfecta. Aparte de la libertad que ofrece, otra de sus ventajas es que es un tratamiento reversible. Un complemento de transición para quienes aún no han decidido operarse porque les da miedo o por contraindicación médica.

Aunque son muchos los factores que influyen en el síndrome del ojo seco (causas hormonales, genéticas o climáticas), el uso de lentes de contacto tradicionales también afecta al desarrollo y evolución de esta patología que ya padecen cerca de 200 millones de personas en todo el mundo. Por eso, las lentillas para dormir o lentes Orto K pueden resultar la solución más idónea en estos casos.

Las personas que todavía no lo tienen claro pueden pedir una cita sin compromiso en Avanlens, clínica especializada en contactología avanzada, y resolver todas sus dudas antes de confirmar si es el mejor tratamiento para cuidar de la salud visual sin importar las condiciones climáticas.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/223100-como-afecta-el-cambio-climatico-a-la-salud-visual.htm