

María José Prado, presidenta de la delegación Regional de Asturias del Colegio Nacional de Ópticos-Optometristas

“Es vital para la población incluir ya a todos los ópticos optometristas en la sanidad pública”

UNA DE LAS PRINCIPALES RECLAMACIONES QUE LLEVAN A CABO DESDE LA DELEGACIÓN ASTURIANA ES LA INCLUSIÓN DEL ÓPTICO OPTOMETRISTA EN LA SANIDAD PÚBLICA. ASÍ, SE REDUCIRÍAN LAS LISTAS DE ESPERA Y EL GASTO PÚBLICO; ADEMÁS CONTRIBUIRÍA A DETECTAR MÁS (Y MÁS PRECOZMENTE) ALGUNAS PATOLOGÍAS OCULARES CADA VEZ MÁS PRESENTES EN LA SOCIEDAD.



Si se incluyeran los ópticos optometristas en la Atención Primaria, “en Asturias se reducirían las listas de espera en la Seguridad Social”, asegura **María José Prado**, la presidenta de la delegación regional de Asturias del Colegio Nacional de Ópticos Optometristas. Esta es, sin duda, una de las principales reclamaciones del COOO de Asturias, que considera importante tener en cuenta que ya en “casi todas las clínicas oftalmológicas trabajan ópticos optometristas y funciona muy bien”. Por eso, alzan la voz y reclaman que se valore la inclusión de estos profesionales sanitarios en la sanidad pública. Además, hablando en términos generales y tal y como corrobora ‘El Libro Blanco de la Salud Visual en España 2022’, la delegación argumenta que con esta incorporación el gasto público también se vería reducido.

La delegación asturiana “es pequeña, pero cuenta con un equipo muy profesional”, detalla su presidenta. Entre sus tareas está la de diseñar y preparar los cursos formativos para los colegiados que “se deciden a petición de ellos mismos”. Es decir, si a un colegiado le interesa un curso lo propone a la entidad y al revés. Si la Junta de Gobierno considera que un curso en concreto puede ser de gran utilidad, consulta con sus colegiados si también creen que es interesante y “buscamos siempre al mejor ponente para realizarlo”. Un aspecto muy valorado tiene que ver con el aprendizaje de las nuevas tecnologías, que en la práctica de este oficio “nos facilita mucho el trabajo”. Prado espera que, cuando hayan pasado unos cuantos años, sea capaz de recordar su paso por la presidencia como una gran etapa en la que “me lo he pasado muy bien, he conocido a gente estupenda y he trabajado lo que he podido”. Añade, además, que gracias a su cargo ha podido comprobar que, desde fuera, se tiene un “concepto equivocado de lo que es en realidad un colegio profesional y estoy intentando cambiarlo”. Es una mujer optimista y llena de energía que confiesa que “desde que amanece me lo paso bien”. En el trabajo disfruta del gabinete y “de los casos que me hacen pensar y buscar solución a los que parecen difíciles de resolver”.

Las necesidades de la salud ocular

Aunque todo en la salud ocular es importantísimo, para Prado la clave es “prevenir, aunque juntamente con detectar y tratar no pueden ir la una sin la otra”. Ahora, tras el verano, es un momento ideal para recordar desde el sector la importancia de la higiene visual y la ergonomía a la hora de trabajar o estudiar. En este sentido, María José Prado aconseja “una buena iluminación, buena alimentación, mucho aire libre y controlar el uso de las pantallas”. Sí, las pantallas hoy día son indispensable, pero “la ilumi-

nación y la distancia de uso debe ser vital, además de descansar la vista para que los ojos modifiquen la distancia de enfoque”.

Asimismo, es conveniente hacer una revisión anual para ver el estado de la visión y, en el caso de que la persona lleve gafas, “comprobar el estado de las lentes y el ajuste de las gafas, porque si se modifica el ajuste puede cambiar la visión”.

Detectar a tiempo

Ligado con el aumento generalizado del uso de dispositivos y pantallas, se habla en muchas ocasiones de si existe o no una correlación entre ellas y el aumento de los casos de miopía. “No podemos universalizar, ya que no todos los casos de miopía son iguales”, pero sí es cierto que “al estar horas mirando fijamente a una pantalla a 30 o 40 centímetros, cuando se levanta la mirada al ojo le cuesta enfocar de lejos”. Para Prado, si esta situación se da durante meses... “al final, si el ojo tiene tendencia a la miopía, se le está ayudando a ser más miope”.

En este sentido, también alerta el aumento de casos de este defecto en la población infantil. Aún así, la presidenta de la delegación asturiana opina que sí, que están aumentando, “pero veo que los padres están muy concienciados y llevan antes a sus hijos a revisarse la vista, con lo que nosotros empezamos a trabajar antes con ellos”. Esto se traduce en que “se pueden realizar tratamientos de control de miopía desde muy temprana edad y éstos dan buen resultado”. Esto es altamente importante ya que todavía uno de cada tres escolares tiene problemas de visión. El papel del óptico optometrista es importante para intentar revertir estos datos. “Lo primero es aconsejar a los padres, estar atentos a los cambios de graduación en los niños y niñas y empezar cuanto antes los tratamientos de control de miopía o mejora de habilidades visuales”. A todo ello se le suma, “la coordinación y la buena comunicación con el oftalmólogo que atiende a ese menor”, puntualiza Prado.

Otra de las grandes enfermedades vinculadas a la vista es el glaucoma, conocida como el ladrón silencioso de la visión. El Informe mundial sobre la visión de la Organización Mundial de la Salud, la OMS, afirma que, en la actualidad, hay 76 millones de personas con esta patología en todo el mundo. Aunque es una enfermedad visual muy antigua, todavía sigue pasando desapercibida para la mayoría de personas. Se desconocen sus causas o qué factores pueden aumentar su incidencia y la única manera de detectarlo es mediante un examen en la consulta oftalmológica. María José Prado recuerda que “se puede detectar al tomar la tensión ocular, al hacer una retinografía, una campimetría...”

Es decir, hoy día se disponen de muchas técnicas para detectar el glaucoma, pero para la presidenta de la delegación asturiana lo primordial es “acostumbrar al paciente a hacerse revisiones periódicas”. La detección precoz es, sin lugar a dudas, la mejor manera de “evitar problemas mayores”. En cuanto a los tratamientos actuales para el glaucoma se incluyen medicamentos, terapias con láser y cirugía que tienen el objetivo de reducir la presión ocular, de momento el único factor de riesgo modificable. Sin embargo, esta patología puede seguir desarrollándose a pesar de estas intervenciones y causar, finalmente, la ceguera total. ■

“SE PUEDEN REALIZAR TRATAMIENTOS DE CONTROL DE MIOPÍA DESDE MUY TEMPRANA EDAD Y ESTOS DAN BUEN RESULTADO”