

¿Qué son los exámenes optométricos y cuál es su función?

LOS EXÁMENES VISUALES OPTOMÉTRICOS SE BASAN EN EL ESTUDIO DE LA VISIÓN DESDE LA VALORACIÓN, TRATAMIENTO Y SEGUIMIENTO DE LAS ALTERACIONES DEL SISTEMA VISUAL DESDE LAS PERSPECTIVAS ÓPTICA, FUNCIONAL Y ERGONÓMICA.



Los españoles tienen claro, en una gran mayoría, que el sentido de la vista es el más importante e indispensable a la hora de disponer de una buena calidad de vida. Pese a eso, el cuidado de la salud ocular aún hoy es una asignatura pendiente y la sociedad no cuida de sus ojos tanto como debiera. Los ópticos optometristas, en este sentido, recomiendan a la población revisarse la visión a menudo. La razón es que, gracias a estas revisiones, se pueden evitar pequeñas deficiencias o molestias y corregir o compensar problemas de visión cuanto antes. Por lo tanto, estos exámenes de rutina juegan un papel preventivo clave en la pérdida visual y en la aparición de enfermedades oculares.

Un completo examen

Una de las pruebas más comunes en estas visitas son los exámenes visuales clínicos optométricos, que evalúan diferentes capacidades visuales que hacen posible el desarrollo de la visión. Esta prueba comprueba la eficacia visual de la persona; es decir, la forma en la que utiliza sus ojos para captar la información visual. Es importante para prevenir la fatiga visual.

Por otro lado, también se analiza la salud ocular y se asegura que el paciente no requiere ningún tratamiento y que su superficie ocular es la correcta por si es necesario derivarlo al oftalmólogo.

También se estudia la agudeza visual que es la capacidad de las personas de discriminar detalles, lo que conocemos como "vista". Cuando esta agudeza no llega al 100% es probable, en ausencia de enfermedad ocular o de vías ópticas, que esa persona tenga algún defecto refractivo como hipermetropía, astigmatismo o presbicia.

Otro de los valores que el óptico optometrista analiza en estas pruebas es la visión binocular; o en otras palabras, la habilidad de coordinar de manera rápida y eficiente los dos ojos. Para ello, confirma la motilidad ocular o los movimientos de los ojos y la habilidad de relajar o juntar los ejes visuales para mantener el enfoque y la fusión estable de las imágenes monoculares. El estrabismo o el ojo vago son algunas de las disfunciones relacionadas con la binocularidad y pueden causar síntomas como el dolor de cabeza, la visión doble o la fatiga visual.

Finalmente, en los exámenes optométricos funcionales se pone el foco en la acomodación. Es decir, en los cambios de enfoque rápidos y en el esfuerzo que realiza el sistema visual para ver nítido a diferentes distancias.

**EN LOS NIÑOS Y NIÑAS, ES IMPORTANTE
HACER LA PRIMERA REVISIÓN
OPTOMÉTRICA A PARTIR DE
LOS 3 O 4 AÑOS**

Más allá de estos exámenes de eficacia, existen otras pruebas perceptuales donde se interpreta como la persona reúne, almacena e integra la información que le llega a través de la vista. En este sentido, se realizan el test de memoria visual, el test de copia y memoria de figuras geométricas, el test de Piaget o el análisis de Wachs, entre otros.

Para realizar estas mediciones y evaluaciones, los profesionales usan diverso material e instrumental muy especializado que ofrece información exacta sobre el estado de la visión. Entre los más usados destaca la montura o gafa de prueba que, normalmente, es metálica y que se quitan y se ponen. Con ellas, los ópticos optometristas pueden introducir lentes de distintas potencias y simular cómo sería la visión final en el día a día del paciente.

Otro instrumento muy usado es el tonómetro con el que medir la presión intraocular, un valor que se aconseja controlar al menos una vez al año a partir de los 40 años. El retinoscopio, por su parte, es un aparato que mide la graduación del ojo a través de un haz de luz que permite dirigir una franja luminosa hacia el ojo observado por el especialista. El óptico optometrista medirá el poder refractivo del ojo interpretando la luz reflejada en la retina. Se trata de un método muy exacto para conocer la refracción y diagnosticar irregularidades en la córnea, cristalino, etc. Otros de los instrumentos ópticos más usados son el oftalmoscopio o el retinógrafo no midriático -que se utiliza para observar la retina-, el biomicroscopio, para observar el polo anterior; y el foróptero, que permite una mayor velocidad y precisión en los cambios de lentes, sirve para establecer la graduación más recomendada a cada persona.

Revisión en todas las etapas

Este tipo de exámenes visuales es altamente recomendado en toda la población, desde los niños hasta las personas mayores. Que la niñez acuda a estas pruebas es todo un reto para el sector y eso que las cifras hablan por sí solas: la mayoría de disfunciones visuales diagnosticadas antes de los 7 años pueden ser tratadas. El sistema visual de los más pequeños está en

constante cambio y su desarrollo puede llegar a alterarse en algún momento provocando alguna anomalía refractiva como el astigmatismo o la miopía. También puede ocasionar anomalías funcionales como las alteraciones acomodativas o la limitación en la agudeza visual. Por eso, es importante detectar precozmente todos estos problemas. En los niños y niñas, es importante hacer la primera revisión optométrica a partir de los 3 o 4 años y, sobre todo, si los adultos tienen sospechas de mala visión, si el niño entrecierra los ojos para mirar, se los frota con frecuencia, se acerca mucho al leer o desvía uno o los dos ojos. Otros signos que refuerzan esta primera visita al óptico optometrista es que el niño incline o rote la cabeza al fijar la vista, que le duela la cabeza habitualmente, que le cueste prestar atención o que tenga frecuentes legañas o lagrimeo. Más tarde, en la adolescencia, los jóvenes descubren una etapa llena de cambios tanto físicos como de estilo de vida. Entra en juego, por ejemplo, el uso continuado de pantallas o largas horas fuera de la exposición solar. Por eso, y para acompañar a este colectivo, es importante revisar sus ojos a manos de especialistas que puedan controlar la aparición de problemas visuales en esta etapa y que acaben perjudicando en un futuro, pero también potenciar la actividad al aire libre y en espacios abiertos.

Una vez en la edad adulta, las personas se comprometen más con su salud visual y es habitual que a partir de cierta edad, sobre todo los 40 años, las personas asistan a exámenes optométricos de manera rutinaria. Las mujeres, que tienen una esperanza de vida mayor a la de los hombres, experimentan importantes cambios hormonales y se ha corroborado que también cierta tendencia a padecer problemas visuales en etapas concretas. De hecho, la miopía o la fatiga visual pueden ser consecuencia de la edad o la genética, pero también surgir como respuesta a todos esos cambios hormonales que, por ejemplo, caracterizan el embarazo. Durante la gestación pueden darse cambios a nivel ocular que, en algunas mujeres, se llegan a establecer de forma permanente como la sequedad ocular o el aumento de la miopía. En cuanto a la menopausia, esta etapa suele llevar consigo la disminución en la agudeza visual o el síndrome del ojo seco. ■

La tabla optométrica de Snellen

Uno de los recursos más tradicionales en estos exámenes optométricos es la tabla de Snellen, formada por optotipos direccionales colocados por líneas y ordenados de mayor a menor. Esta tabla se ubica a seis metros de distancia del paciente y sirve para comprobar la visión de las personas y su agudeza visual. En el caso de los niños pequeños, estas letras se suelen cambiar por dibujos y formas conocidas por los más pequeños como el Test de Pigassou. El óptico optometrista pedirá a la persona leer algunas de las letras, de manera aleatoria y de mayor o menor tamaño. Así, podrá observar hasta qué línea (tamaño) es capaz una persona de leer con nitidez.

GRACIAS A ESTAS REVISIONES, SE PUEDEN EVITAR PEQUEÑAS DEFICIENCIAS O MOLESTIAS Y CORREGIR O COMPENSAR PROBLEMAS DE VISIÓN CUANTO ANTES