

EL CUIDADO DE LA VISIÓN, ESENCIAL PARA UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE

JOSÉ ANTONIO LÓPEZ TRIGO

Presidente de la Sociedad Española de Geriátría y Gerontología (SEGG)

La Sociedad Española de Geriátría y Gerontología, a lo largo de sus 70 años de historia —se fundó en 1948— ha evidenciado y puesto de manifiesto los cambios demográficos que constantemente experimentan la población mundial y, por primera vez en todo el mundo, el grupo de personas mayores de 65 años supera al segmento de 0 a 14 años. España es el país con mayor esperanza de vida, en el momento del nacimiento, de los 28 países de la Unión Europea, con una media de 83,3 años. Un índice del que son responsables las mujeres españolas, las más longevas de Europa, con una expectativa de vida al nacer de 86,2 años y que, en comparación con los 35 países de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OECD) solo supera Japón.

En 2050 Europa tendrá 58 millones de personas con más de 65 años y probablemente, España se convertiría en uno de los países con la población más envejecida del mundo con su 38 por ciento de la población por encima de los 65 años y el 12 por ciento con más de 80 años. Un nuevo fenómeno que exige a su vez un nuevo abordaje que dé respuesta en positivo a esta situación, integrando las experiencias e investigaciones de la totalidad de profesionales en materia de envejecimiento,



pero no únicamente desde el sector médico, es decir, geriátrico, sino también desde el ámbito gerontológico que aglutina todas las ciencias que tratan el envejecimiento.

Esta situación requiere una atención y el establecimiento de recursos especializados, tanto médicos como no médicos, ya que hay muchas demandas y necesidades que no se cubren actualmente.

LOS PROBLEMAS VISUALES

El 80 por ciento de los mayores de 60 años padece problemas de visión y estas deficiencias afectan al individuo de forma integral, no solo por los riesgos de accidentes y caídas, sino también porque conllevan una pérdida en la comunicación y en las relaciones afectivas y sociales que pueden provocar el aislamiento de la persona, así como cuadros depresivos y de ansiedad.

Por lo general, los problemas de visión en los mayores no son consultados ni corregidos con la frecuencia y premura que requieren, a pesar de que su incidencia es alarmante. Así, las enfermedades relacionadas con la visión aumentan el riesgo de caídas. Las cataratas y el glaucoma pueden alterar la percepción de la profundidad y los espacios en las personas mayores, así

El aumento paulatino de la esperanza de vida en los últimos años hace más evidente la necesidad de contar con servicios optométricos de cuidados visuales y oculares especializados en adultos mayores.



como su agudeza visual, la visión periférica y los reflejos. Estas limitaciones dificultan su capacidad para desenvolverse de forma segura en el entorno, ya sea en su propio hogar o en la calle. Esto entraña abundantes riesgos y peligros en forma de accidentes, caídas, que acarrear consecuencias funestas, como fracturas y otras patologías de compromiso vital.

Pero, además de los problemas funcionales, el déficit visual tiene repercusión en los ámbitos relacional, afectivo y social, y, en casos extremos, puede llevar a la soledad y el aislamiento de la persona, incrementando el riesgo de ansiedad y depresión. La inseguridad ante posibles caídas, la falta de comunicación con las personas de su entorno y las dificultades para realizar actividades de ocio (cine, teatro, viajes, etcétera) van a hacer que las relaciones sociales disminuyan e, incluso, desaparezcan.

Los geriatras manejamos el concepto de "envejecimiento activo" propuesto por la OMS y que se define como "el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen".

En este contexto, el papel del óptico-optometrista es fundamental para un envejecimiento activo y saludable. El aumento paulatino de la esperanza de vida en los últimos años hace más evidente la necesidad de contar con servicios optométricos de cuidados visuales y oculares especializados en adultos mayores. Mientras que una gran

proporción de personas mayores mantienen una vida activa y saludable por muchos años, hay un porcentaje que requiere de mayores cuidados de salud, incluyendo la salud visual y ocular.

El óptico-optometrista, desde su gabinete, puede realizar unas funciones de gran relevancia para mejorar la calidad de vida de las personas mayores, comenzando por cuidar la visión de ese 95 por ciento de pacientes que viven en residencias y que necesitan lentes, aunque solo el 31 por ciento de ellos usan los adecuados.

A su vez, la discapacidad visual en los mayores está en muchas ocasiones asociada al padecimiento de patologías, más o menos graves, que deberían ser detectadas en un estadio temprano de su aparición. Y ahí es donde el óptico-optometrista puede hacer una labor impagable, detectando desde su establecimiento sanitario determinadas enfermedades sistémicas con afectación ocular, como la diabetes, con la grave consecuencia de la aparición de la retinopatía diabética, las cataratas, el glaucoma, la degeneración macular asociada a la edad (DMAE), etcétera.

Concluir que mientras la optometría tiene y va a tener en el futuro un mayor papel que jugar en la medida y optimización de la visión funcional y en el tratamiento de muchos desórdenes visuales en la población de nuestros mayores, también tiene y tendrá la tarea de ir disminuyendo paulatinamente los porcentajes de cegueras que pueden ser evitables si son detectadas a tiempo. ■