

## Profesión

María José  
Cejas Delgado  
Farmacéutica titular.  
Farmacia Europa.  
Puente Genil (Córdoba)

# Abordaje del cuidado ocular en la farmacia comunitaria

“**Desde la farmacia debemos intervenir aliviando los síntomas y, por supuesto, derivando al especialista si el caso lo requiere»**

El ojo seco, las úlceras, la blefaritis, el orzuelo o la conjuntivitis son algunas de las patologías oftálmicas que se atienden con más frecuencia en la oficina de farmacia, siendo, de hecho, las consultas más habituales sobre cuidado ocular.

A nuestras farmacias llegan a diario pacientes que preguntan sobre un trastorno o molestia ocular. Es muy importante saber cuándo derivar al oculista o cuándo intervenir, ya que, por ejemplo, una simple inflamación ocular puede ser debida a muchas causas, desde un traumatismo a una uveítis o una hipertensión ocular.

En este sentido, no solo debemos atender a nuestros pacientes adultos, sino también a los niños, pues en los primeros años de vida se detectan ciertas patologías que pueden corregirse con terapia visual (como la ambliopía), y debemos recomendar la realización de revisiones oftalmológicas desde corta edad.



# Systeme<sup>®</sup>

HIDRATACIÓN

SIN CONSERVANTES

NOVEDAD

Ayude a sus pacientes a sentirse  
imparables todos los días con un

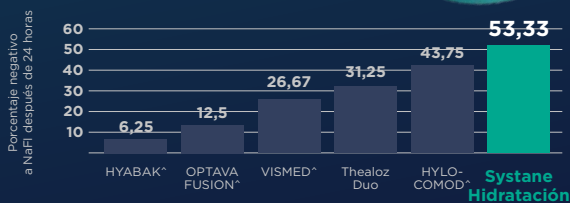
## ALIVIO DURADERO DEL OJO SECO CRÓNICO. HIDRATACIÓN Y REEPITELIZACIÓN POSTCIRUGÍA<sup>1-3</sup>

2x  
veces más  
retención de  
la hidratación<sup>1</sup>

Mejor  
reepitelización  
y regeneración  
corneal<sup>1,4</sup>

FORMULACIÓN  
EXCLUSIVA  
DOBLE POLÍMERO  
ÁCIDO HIALURÓNICO  
Y HP GUAR<sup>6</sup>

Mayor  
reducción de  
los síntomas  
en pacientes  
posquirúrgicos<sup>5</sup>



CN: 201627.9

Ahora SIN sequedad, SIN molestias,  
SIN CONSERVANTES

Simply

# #SINSACIONAL

Sustituye Systane<sup>®</sup> Ultra Plus Hidratación por Systane<sup>®</sup> Hidratación sin conservantes

\*En comparación con AH solo

Referencias: 1. Rangarajan R, Kraybill B, Ogundele A, Ketelson H. Effects of a hyaluronic acid/hydroxypropyl guar artificial tear solution on protection, recovery, and lubricity in models of corneal epithelium. J Ocul Pharmacol Ther. 2015;31(8):491-497. 2. Davitt, WF, Bloomenstien M, Christensen M, Martin AE. Efficacy in patients with dry eye after treatment with a new lubricant eye drop formulation. J Ocul Pharmacol Ther. 2010;26(4):347-353. 3. Rolando M, Autori S, Badino F, Barabino S. Protecting the ocular surface and improving the quality of life of dry eye patients: a study of the efficacy of an HP-guar containing ocular lubricant in a population of dry eye patients. J Ocul Pharmacol Ther. 2009;25(3):271-278. 4. Ogundele A, Kao W, Carlson E. Impact of hyaluronic acid containing artificial tear products on re-epithelialization in an in vivo corneal wound model. Poster presented at: 8th International Conference on the Tear Film & Ocular Surface; September 7-10, 2016; Montpellier, France. 5. Davidson R, Schultz-Scott B. Efficacy evaluation of Systane ULTRA in patients with dry eye undergoing cataract surgery. Poster presented at: 30th Congress of the European Society of Cataract and Refractive Surgeons; September 8-12, 2012; Milan, Italy. 6. Labetoulle M, Schmickler S, Galaretta D, et al. Efficacy and safety of dual-polymer hydroxypropyl guar- and hyaluronic acid-containing lubricant eyedrops for the management of dry-eye disease: a randomized double-masked clinical study. Clin Ophthalmol. 2018;12:2499-2508.

Systane Hidratación cumple con la normativa de productos sanitarios. Si nota molestias oculares persistentes, lagrimeo excesivo, cambios en la visión o enrojecimiento ocular, deje de utilizar el producto y consulte al profesional de la visión ya que el problema podría empeorar. Contraindicado en personas alérgicas a cualquiera de sus componentes. Consulte a su profesional sanitario o del cuidado de la visión su uso, precauciones, advertencias y contraindicaciones.

Alcon y Systane Hidratación son marcas registradas. ©2021 Alcon Inc. Aprobado en Marzo de 2021. ES-SYH-2100010

Alcon

Ya que normalmente no disponemos de los medios adecuados, a menos que contemos con el servicio de óptica, desde la farmacia debemos intervenir aliviando los síntomas y, por supuesto, derivando al especialista si el caso lo requiere.

Otra función del farmacéutico en la oficina de farmacia es procurar la adherencia al tratamiento y ofrecer una correcta recomendación del buen uso de los fármacos oculares y medidas de higiene adecuadas. Para ello, es preciso tener ciertos conocimientos sobre la materia y sobre la etiología de las afecciones, de modo que podamos abordar el problema de la forma más adecuada y profesional.

### Ojo seco

El ojo seco, o «síndrome del ojo seco» (SOS), es un proceso que afecta a muchas personas que desconocen incluso que lo sufren y que lo achacan a largas horas usando dispositivos electrónicos. De hecho, en torno al 60% de la población lo sufre, sobre todo a partir de los 40 años. Es, además, una patología que tiene distintos estadios según la gravedad, y debemos saber discernir cuándo podemos intervenir, de qué forma y cuándo derivar.

Para ello, deberemos tener en cuenta que afecta en mayor porcentaje a las mujeres, porque un detonante son los cambios hormonales que sufren; además, con la edad va aumentando la predisposición al ojo seco.

Este trastorno ocular se produce cuando alguno de los tres componentes fundamentales de la lágrima (el acuoso, el lipídico y el mucoso o mucínico) está alterado y no cumple su función adecuadamente. Esto suele deberse a una afección de las glándulas de Meibomio: hay una mayor evaporación de la lágrima, especialmente por la noche, momento en que el problema se agrava, y es necesario utilizar pomadas oftálmicas o lágrimas más viscosas que eviten dicha evaporación. Debemos tener en cuenta que las glándulas de Meibomio, que se encuentran en las placas tarsales de los párpados, son las encargadas de lubricar el ojo y evitar el roce de la superficie ocular con el párpado, favoreciendo su movimiento.

Pero no solo los cambios hormonales son los causantes del ojo seco; hay múltiples factores que ocasionan la disfunción, provocando que la película lagrimal se rompa y que el ojo quede expuesto al aire. Algunos de estos factores son: alteraciones en la piel, trastornos alérgicos, adicción al tabaco, enfermedades reumáticas, determinados tratamientos farmacológicos, o una cirugía ocular previa. Además, hay agentes agravantes, como pueden ser la falta de humedad, el aire acondicionado, la contaminación, etc.

Hemos de valorar, también, los fármacos que producen sequedad ocular, entre los que podemos destacar los siguientes: antihistamínicos, diuréticos, betabloqueadores, inhibidores de la monoaminoxidasa, anticolinérgicos, benzodiazepinas y metildopa.



“ El ojo seco afecta en mayor porcentaje a las mujeres, porque un detonante son los cambios hormonales que sufren »

### Síntomas

Entre los síntomas del ojo seco podemos citar enrojecimiento, sensación de cuerpo extraño, picazón, inflamación e incluso molestia si tenemos que fijar la vista.

### Tratamiento

El tratamiento es generalmente sintomático, salvo que exista una enfermedad causante de la sintomatología, en cuyo caso debemos derivar al especialista para que intente erradicarla.

En los cuadros leves podemos intervenir desde la farmacia, recomendando lágrimas artificiales durante el día y lubricantes más densos por la noche, una correcta higiene palpebral, evitar el uso de lentes de contacto y minimizar el uso de dispositivos electrónicos.

### Orzuelo

El orzuelo es otra de las infecciones más comunes. Suele afectar a un ojo y provoca inflamación en el párpado. Afecta a las glándulas sebáceas situadas en el borde del párpado, provocando una inflamación o protuberancia.

### Síntomas

Inflamación, ojo rojo, picor, sensibilidad al tacto en la zona y a veces dolor.

### ¿Cómo podemos intervenir?

Recomendaremos el uso de toallitas estériles de higiene y, en casos graves, derivaremos al oculista.



## Conjuntivitis

Es una inflamación de la conjuntiva que a veces cursa con infección. Suele ser bilateral, aunque en ocasiones también es asimétrica, pudiendo afectar en mayor o menor grado a uno u otro ojo. Generalmente comienza en un ojo y después se extiende al otro.

A veces es un problema que se cronifica porque existe cierta predisposición: problemas fisiológicos con el lagrimal, prótesis oculares, etc.

La conjuntivitis puede ser bacteriana, vírica, alérgica, parasitaria o causada por la exposición solar. La etiología de la conjuntivitis puede deducirse en función de los síntomas, lo cual ayudará a instaurar el tratamiento y a plantear las recomendaciones adecuadas.

Las conjuntivitis son procesos altamente contagiosos, por lo que es preciso extremar las medidas con la higiene: lavado de manos, uso de toallitas de higiene estériles, evitar tocarnos la zona ocular, no compartir toallas...

## Síntomas

Picor, legañas, inflamación, despertar con los ojos pegados.

## ¿Qué podemos recomendar?

Desde la farmacia podemos plantear algunas recomendaciones y consejos, como utilizar lágrimas artificiales con activos calmantes (como la camomila) y toallitas de higiene ocular, no compartir toallas, y evitar tocarse los ojos duran-



te la limpieza, haciéndolo con gasas y retirando el exceso de legañas mediante suero fisiológico. En casos graves siempre derivaremos al especialista.

## Blefaritis

Se trata de una inflamación de los párpados que puede cursar con infección. Suele ser bastante perceptible ya que la inflamación es notable.

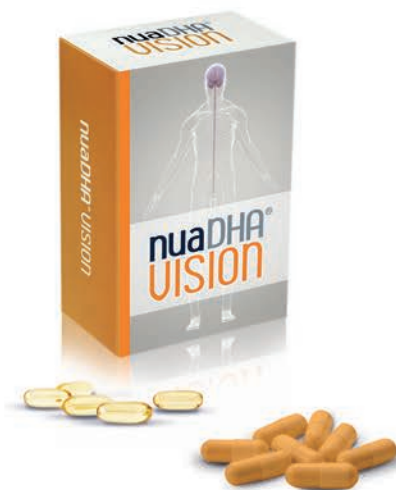
# Nuestros ojos también cumplen años, cuídalos

Combinación de vitaminas y Omega-3 (DHA) diseñada para **apoyar la salud visual en la edad adulta.**

Con **Luteína, Zeaxantina y ácido R-lipoico**

Único complemento alimenticio capaz de incidir sobre todo el sistema visual:

- ✓ Retina
- ✓ Superficie ocular
- ✓ Nervio óptico



De venta en farmacias, parafarmacias y herbolarios. CN- 174360.2



Para más información  
escanea el código QR

## Síntomas

Inflamación, dolor ocular, sensación de cuerpo extraño, etc.

## ¿Cómo intervenir?

En estos casos debe realizarse una anamnesis para descartar una posible alergia, en cuyo caso derivaremos al médico. Entretanto, pueden tomarse medidas para aliviar las molestias, como una limpieza correcta y un antiinflamatorio natural hasta la visita con el especialista.

## Glaucoma

Se trata de una hipertensión ocular que puede llegar a provocar la pérdida de visión. Se debe a un aumento de la presión intraocular. Ante cualquier sospecha, hay que derivar al oculista para que realice las valoraciones y mediciones necesarias.

El tratamiento farmacológico actúa a nivel del humor acuoso segregado por los capilares del ojo, disminuyendo su producción y aumentando su eliminación mediante drenaje.

## Cataratas

Se producen por un envejecimiento del cristalino, que sufre una pérdida de transparencia. Las causas son muy variadas y heterogéneas, aunque existen muchos factores que ya son indicativos: edad avanzada, padecer diabetes, tener una predisposición familiar... Su manifestación consiste en una pérdida de la agudeza visual, disminución de la sensibilidad a los contrastes y dificultad para apreciar los colores.

El tratamiento más extendido para una solución eficaz es la operación con anestesia local de bajo riesgo, que debe llevar a cabo un cirujano ocular.

## Degeneración macular asociada a la edad (DMAE)

Es una enfermedad degenerativa que afecta a la mácula lútea o retina, que es la encargada de mantener la agudeza visual y de transmitir al cerebro las imágenes. Existen factores de riesgo genéticos, ambientales y relacionados con el envejecimiento.

## ¿Cómo podemos detectar la DMAE?

Se distorsiona la visión y perdemos agudeza visual. Todo esto afectará a ciertas actividades de nuestra vida cotidiana, como la conducción o la lectura. El tratamiento consiste en retrasar el avance de la enfermedad en lo posible, puesto que su evolución es irreversible.

## ¿Cómo podemos intervenir?

Como farmacéuticos es muy importante que insistamos en la protección solar ocular con gafas de sol, ya que así evitaremos problemas y, en el caso de que los haya, mejorarán. Las lentes deben tener protección frente a la radiación ultravioleta y estar homologadas y clasificadas según la categoría del filtro.



“El tratamiento de la DMAE consiste en retrasar el avance de la enfermedad, puesto que su evolución es irreversible»

En ocasiones, la radiación solar puede provocar queratitis o incluso úlceras; por ello, igual que protegemos nuestra piel, debemos proteger nuestros ojos, ya que la radiación también incrementa o potencia el envejecimiento de la estructura ocular y puede acelerar procesos degenerativos como las cataratas o la DMAE.

Otra manera de combatir el envejecimiento de nuestra visión es contrarrestando el estrés oxidativo con una alimentación rica en verduras, frutas y pescados azules, fuente de omega-3.

En la oficina de farmacia recibimos muchas consultas sobre todas estas patologías, y aunque en muchos casos sea preciso derivar al oculista, es cierto que debemos controlar o conocer dichos problemas para dar una atención temprana que mejore los síntomas del paciente y, como consecuencia, su calidad de vida. Por ello, no solo se trata de ayudar cuando existe la patología, sino que también debemos hacer educación sanitaria con este tipo de consejos. ●

## Bibliografía

Clínica Baviera. Patologías oculares más comunes. Disponible en: <https://www.clinicabaviera.com/blog/patologias-oculares-mas-comunes/>  
Instituto de microcirugía ocular (IMO). Enfermedades de los ojos. Ojo seco. Disponible en: <https://www.imo.es/es/ojo-seco>  
Mayo Clinic. Conjuntivitis. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/pink-eye/symptoms-causes/syc-20376355>