

Importancia de la limpieza de los lentes de contacto de uso cosmético en la mujer



Por Marco Luís Gómez Piña
Maritza Aurelia Omaña Molina

El uso de lentes de contacto cosméticos ha ido en aumento en los últimos años, siendo la población femenina quien hace más uso de éstos. La desinformación y las irregularidades en las leyes de México y varios países del mundo sobre su uso y cuidado, ha provocado un aumento en los riesgos que implica un mal uso de este tipo de lentes de contacto.

¿Qué son los lentes de contacto?

Empecemos definiendo a los lentes de contacto, los cuales son discos de plástico delgado y transparente, que se colocan sobre la superficie corneal para corregir problemas visuales como la miopía, hipermetropía y astigmatismo. Los más comunes son los rígidos y los blandos. Los lentes de contacto Rígidos Permeables al Gas (RGP), son lentes que están hechos de plástico combinados con otros materiales biocompatibles que le brindan una propiedad más rígida y permiten un mejor paso del oxígeno al tejido corneal. Este tipo de lentes se recomienda principalmente a pacientes con anomalías en la curvatura de la córnea como el astigmatismo o el queratocono. Por otra parte, los lentes de contacto blandos suelen brindar una mayor comodidad al paciente, aunque causan una mayor sensación de sequedad, ya que, a diferencia de los RGP, estos no tienen la misma permeabilidad para el oxígeno. Cada tipo de lente tiene sus ventajas y desventajas. (Boyd, 2023). Existen otros tipos de lentes de contacto que se utilizan de manera terapéutica o no, tal como lo son los lentes de contacto cosméticos, mayormente usados por mujeres. Dichos lentes cambian la apariencia de los ojos, tanto en su color y/o en la forma de la pupila, se pueden hacer con o sin corrección visual, es muy importante mencionar que no

por ser cosméticos no requieren prescripción de un profesional de la salud visual, pues hay parámetros a evaluar antes de colocarse cualquier tipo de lente de contacto, de los cuales se hablará más adelante.

Origen y uso de los lentes de contacto

Como sabemos, los lentes de contacto son dispositivos médicos que tienen distintas propiedades y, por ende, funcionan diferente, estos son recomendados dependiendo de las necesidades de los pacientes. No obstante, desde su creación, han causado problemas al ser un dispositivo que se coloca en el ojo y no ha sido fácil idear un diseño que se adapte a la perfección con la fisiología de este. Los primeros lentes de contacto surgieron en el siglo XVI cuando Leonardo Da Vinci ingenió una estructura cóncava para corregir la superficie irregular del ojo y a lo largo de la historia se ha perfeccionado para brindar una mayor comodidad y seguridad a los usuarios. Los mayores avances se han hecho en el último siglo, pues anteriormente, por ejemplo, se desconocía cómo obtenía oxígeno la córnea y, por ende, los lentes de contacto que se habían diseñado eran impermeables para el oxígeno causando daños que podían ser irreversibles (Sánchez, et. al., 2012). Siguiendo la breve revisión de la historia de los lentes de contacto encontramos que incluso se llegaron a realizar diseños a base de vidrio, pero obviamente eso provocaba daños a los usuarios. Hoy en día el diseño de los lentes de contacto gracias a nuevas tecnologías, ha logrado brindar a los pacientes una mayor comodidad y calidad de visión, sin embargo, existe un problema que depende de los usuarios de lentes de contacto:

La mala higiene.

Para los profesionales de la salud visual, uno de los mayores retos en la consulta es la adaptación de cualquier tipo de lente de contacto, el cual se compone de distintas fases:

1. La evaluación inicial.
2. Medición de parámetros oculares.
3. Selección del tipo de lentes de contacto.
4. Prueba inicial.
5. Capacitación al paciente.
6. Seguimiento y ajustes.

Aspectos a considerar sobre el uso de lentes de contacto

Reiteramos que los principales desafíos en la adaptación, es el ajuste del lente y la capacitación del paciente. Haciendo énfasis en este último punto, nos damos cuenta que muchas veces los pacientes no aprenden a manejar correctamente los lentes de contacto y son más susceptibles a sufrir complicaciones como infecciones, úlceras corneales y en casos más extremos ceguera. Para minimizar los riesgos y ahorrar a las usuarias de lentes de contacto cosméticos tiempo y dinero, es esencial una buena capacitación sobre las medidas de higiene en las usuarias nuevas, así como también en las usuarias que ya llevan tiempo utilizando lentes de contacto cosméticos, ya que es de suma importancia para su salud visual conocer estas medidas.

Complicaciones asociadas al uso de lente de contacto cosmético

Dentro de las complicaciones inherentes al uso de lentes de contacto cosméticos, están aquellas de tipo no infeccioso como lo es la

incomodidad y sequedad, la disminución de oxígeno a la córnea, úlceras en la periferia corneal, ojos rojos, reacciones tóxicas a las soluciones desinfectantes, inflamación corneal e inflamación de la capa interior del párpado (conjuntivitis papilar gigante), que es de las complicaciones más frecuentes, no menos importantes son las complicaciones de tipo infeccioso como lo es la queratitis infecciosa. Aunque la queratitis infecciosa es poco frecuente, es capaz de causar daños severos y comprometer la visión de los usuarios. Los microorganismos que con mayor frecuencia causan infecciones en la córnea, son las bacterias y comúnmente se debe a la poca y/o inadecuada higiene en el uso de los lentes de contacto (Batlle, et. al., 2020). Además de las bacterias, las amibas también pueden causar infecciones y generalmente provienen de agua contaminada, sus consecuencias son más severas pues es difícil de diagnosticar y el inicio del tratamiento suele ser en etapas avanzadas de la infección, donde muchas veces la córnea ya está muy afectada. Esto nos recuerda la importancia de mantener los lentes con su respectiva solución y evitar el uso de agua para lavarlos.

Hábitos higiénicos y lentes de contacto

La higiene comienza desde las manos del usuario, es muy importante lavarse bien las manos antes de manipular los lentes, el estuche o la solución, para evitar contaminarlos con microorganismos que puedan adherirse a los lentes y causar una infección en la córnea. Hay que evitar dormir con los lentes puestos, ya que reduce considerablemente el oxígeno para la córnea. Nadar o bañarse con los

lentes puestos aumenta la probabilidad de que algunos microorganismos se adhieran al lente. Cambiar cada 1-3 meses el estuche y limpiarlos semanalmente con agua y jabón neutro. Bajo ningún motivo se deben compartir los lentes de contacto con otra persona, esta mala práctica suele ser común en el uso de lentes de contacto cosméticos. Colocarse los lentes antes de ponerse maquillaje y al final del día, retirarse los lentes antes de quitarse el maquillaje. Usar las soluciones desinfectantes indicadas por el profesional de la salud visual, ya que cada solución tiene propósitos diferentes para cada lente de contacto, nunca cambiar la solución sin antes consultar a su profesional de la salud visual. Evitar en lo posible el uso de desinfectantes con tiomersal ya que puede desencadenar reacciones tóxicas, procurar no usar jabón, cremas u otros productos cosméticos para limpiar los lentes y, por último, pero no menos importante, respetar el tiempo de uso y vida de los lentes de contacto, recordemos que hay lentes de uso diario, quincenal, mensual, anual y generalmente no se usan más de 8 horas al día. Los lentes de contacto antes de ser lanzados al mercado, han sido sometidos a exhaustivos estudios clínicos para evaluar su compatibilidad con el ojo y evaluar las complicaciones, por ello no se deben usar más tiempo del indicado por el fabricante. Esta suele ser la principal causa de las queratitis infecciosas.

Conclusión

El uso de lentes de contacto requiere compromiso y responsabilidad por parte del usuario, ya que las medidas de higiene son fundamentales para preservar la salud visual del paciente, de lo contrario, pueden presentarse complicaciones por no seguir las medidas

de higiene y uso indicadas por el profesional de la salud visual. Ya que él, está capacitado sobre todos los aspectos que involucran el uso de lentes de contacto, sobre todo en aquellas usuarias de lentes cosméticos en los que no se consideran estas recomendaciones. Una buena visión, cómoda y sin complicaciones, son señal de una buena adaptación de lentes de contacto y para lograrlo el profesional de la salud visual y el usuario deben mantener su compromiso, responsabilidad y buena comunicación

Referencias

- -Sánchez Ferreiro, A. V., & Muñoz Bellido, L. (2012). Evolución histórica de las lentes de contacto. Archivos de La Sociedad Española de Oftalmología, 87(8), 265-266. <https://doi.org/10.1016/j.oftal.2012.04.009>
- -Boyd, K. (2023, mayo 25). Lentes de contacto. American Academy of Ophthalmology. <https://www.aaao.org/salud-ocular/anteojos-lentes-de-contacto/lentes-de-contacto>
- -Batlle-Ferrando, S., Marín-Martínez, S., Boniquet, S., & Sabater, N. (2020). Complicaciones asociadas al uso de lentes de contacto blandas. Semergen, 46(3), 208-213. <https://doi.org/10.1016/j.semerg.2019.09.004>
- -Markoulli, M., & Kolanu, S. (2017). Contact lens wear and dry eyes: challenges and solutions. Clinical Optometry, 9, 41-48. <https://doi.org/10.2147/opto.s111130>
- -Szczołka-Flynn, L. B., Pearlman, E., & Ghannoum, M. (2010). Microbial contamination of contact lenses, lens care solutions, and their accessories: A literature review. Eye & Contact Lens, 36(2), 116-129. <https://doi.org/10.1097/icl.0b013e3181d20cae>
- -Cuidado de los lentes de contacto. (2017, septiembre 20). CooperVision mexico. <https://coopervision.com.mx/nuevos-usuarios-de-lentes%20de-contacto/cuidado-de-los-lentes-de-contacto>

- -Lim, C. H. L., Stapleton, F., & Mehta, J. S. (2018). Review of contact lens-related complications. *Eye & Contact Lens*, 44(2), S1–S10. <https://doi.org/10.1097/icl.0000000000000481>
- -Berenson, A. B., Hirth, J. M., Chang, M., & Merkley, K. H. (2019). Knowledge and Use of Cosmetic Contact Lenses Among Reproductive-Age Women. *Journal Of Women's Health*, 28(3), 403-409. <https://doi.org/10.1089/jwh.2018.7358>

.....

Autores:

Marco Luís Gómez Piña. Egresado en Optometría de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala. Actualmente PSS en el Laboratorio de “Amibas Anfizoicas” de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala.

Correo: marco.gomez98@outlook.com

Teléfono de contacto: 5519851062.

Dra. Maritza Aurelia Omaña Molina es Profesor de Carrera Titular “C” TC adscrita a la carrera de Medicina. Es la responsable del Laboratorio de “Amibas Anfizoicas” de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala. La Dra. Omaña tiene más de 50 artículos internacionales y forma parte del Sistema Nacional de Investigadores (SNII) nivel II. Cuenta con diferentes distinciones, entre las que destaca la medalla Gabino Barreda y su reconocimiento al Mérito académico.