

¿Cómo abordar la sequedad ocular desde la farmacia?

EL SÍNDROME DEL OJO SECO (SOS), O MÁS COMÚNMENTE CONOCIDO COMO 'OJO SECO', ES UNA PATOLOGÍA CAUSADA PRINCIPALMENTE POR UNA FALTA CRÓNICA DE SUFICIENTE LUBRICACIÓN Y HUMECTACIÓN SOBRE LA SUPERFICIE DEL OJO.

Hoy en día, el Síndrome del Ojo Seco (SOS) afecta a entre el 15% y el 30% de la población española. Su prevalencia es mayor en mujeres, en parte debido al factor hormonal, y está considerada la enfermedad ocular más frecuente en edades avanzadas. Siendo los cambios en la cantidad y la calidad de las lágrimas la causa primaria en el 60% de la población adulta. El SOS es el primer motivo de consulta de los oftalmólogos. Según la zona afectada del ojo, existen diferentes términos que ayudan a identificar esta sequedad ocular:

- *Queratitis seca*: generalmente usada para describir la sequedad e inflamación de la córnea.
- *Queratoconjuntivitis seca*: usada para describir el ojo seco, que afecta tanto la córnea como la conjuntiva.
- *Síndrome de disfunción lagrimal*: usada para enfatizar que una calidad inadecuada de las lágrimas puede ser igual de importante que una cantidad inadecuada.

Las consultas por sintomatología relacionada con el ojo seco son cada vez más frecuentes en la farmacia comunitaria. Por ello, el papel del farmacéutico, como profesional sanitario en primera línea de atención, es imprescindible para ayudar a prevenir y aliviar las molestias causadas por esta patología, educar a la población en el cuidado ocular y, cuando sea necesario, derivar al especialista.

Soluciones para combatir la sequedad ocular

Actualmente contamos con numerosas soluciones oftalmológicas que ayudan a combatir la sequedad ocular de los pacientes. De entre los diferentes ingredientes que podemos encontrar en ellas, el **ácido hialurónico** se ha convertido en el principal aliado en combatir dicha sequedad ocular, por sus excelentes propiedades de hidratación y viscosidad, y su demostrada eficacia en el tratamiento del ojo seco. Su capacidad de acumular y retener mucha agua hace que hidrate la córnea y la conjuntiva y se utilice como humectante ocular. No hay que olvidar que el ácido hialurónico es una sustancia que se encuentra de forma natural en numerosos tejidos y órganos del cuerpo humano, incluidos los ojos. Existen dos parámetros a tener en cuenta para evaluar la eficacia del ácido hialurónico: su concentración y su peso molecular. La concentración que presente nos guiará en el grado de hidratación que proporcionará, mientras que su peso molecular nos indicará su viscosidad. Actualmente hay una correspondencia entre mayor concentración de ácido hialurónico y la aparición de visión borrosa en el paciente. También es conocido que con concentraciones entre el 0,10 y 0,20% se consigue un nivel de hidratación suficiente y aumentar la concentración no mejora la hidratación, pero y sí puede producir visión borrosa. Es conveniente utilizar ácido hialurónico de alto peso molecular (en torno a 1.000.000 Daltons) en las formulaciones destinadas a aliviar los síntomas de sequedad ocular, pues esto aumenta el tiempo de permanencia de la lágrima artificial en el ojo, mejorando su eficacia y aumentando su confort.

Otros ingredientes de origen natural, como los derivados de extractos de plantas (el **Aloe vera** o la **Centella asiática**), poseen acción tonificante, antioxidante y protectora de los capilares que contribuyen a contrarrestar las pequeñas alteraciones oculares provocadas por la falta de superficie humectada.

EL ÁCIDO HIALURÓNICO SE HA CONVERTIDO EN EL PRINCIPAL ALIADO EN COMBATIR LA SEQUEDAD OCULAR, POR SUS EXCELENTES PROPIEDADES DE HIDRATACIÓN Y VISCOSIDAD

El esquema terapéutico a seguir con lágrimas artificiales

En el caso en el que el paciente sufra de ojo seco de forma intermitente, le recomendaríamos una solución salina, de baja viscosidad e isoosmolar o hipoosmolar (ej.: ácido hialurónico al 0,1% o al 0,15%). En el caso en el que el paciente sufra de ojo seco crónico, dependerá de su causa y gravedad:

• *Evaporación acelerada de la lágrima por deficiencias de su capa lipídica en el ojo seco evaporativo (80% de casos):*

1. Evaporación leve: recomendaremos una lágrima de baja viscosidad e hipoosmolar (ej.: ácido hialurónico 0,15%).
2. Evaporación moderada/severa: lágrima viscosa, hipoosmolar y con lípidos asociados (ej.: existen comercializados carbómeros con triglicéridos, hidroxipropil guar con aceites minerales y fosfatidilglicerol). Se recomienda el uso de pomada nocturna o gel nocturno.

• *Escasa producción de lágrimas en el ojo seco acuodeficiente (20% de casos):*

1. Hiposecreción leve: cualquier lágrima que aporte una buena humectación (ej.: ácido hialurónico 0,15%).
2. Hiposecreción moderada/severa: lágrima que aporte humectabilidad y sea viscosa (ej.: povidona 3%, carbómeros, ácido hialurónico a partir de 0,2%, hidroxipropilguar, etc.). Se recomienda el uso de pomada nocturna o gel nocturno.

Es importante remarcar que en casos intermitentes o leves se podrían usar lágrimas artificiales con conservantes, pero en los casos crónicos y/o moderados-severos se aconseja que la solución no lleve conservantes ya que la dosificación puede llegar a ser de 4 a 8 veces al día. En casos más graves o que no mejoren los síntomas, se debe derivar al especialista para que sea él quien determine el tratamiento y/o el protocolo a seguir por el paciente para mejorar su situación. En la mayoría de los casos no se va a conseguir ni la curación ni la desaparición absoluta de los síntomas, por lo que es importante transmitirlo al paciente y que éste sea consciente de sus implicaciones y de la importancia del cuidado ocular frecuente. +

Desde el Consejo General de Colegios de Ópticos Optometristas se recomienda seguir las siguientes pautas para combatir el Síndrome del Ojo Seco (SOS):

- Higiene ocular, tanto de la zona del ojo como de las manos.
- Es recomendable el uso de lentes desechables.
- Uso de lubricantes oculares, como lágrimas artificiales.
- No frotarse el ojo ante la sensación de arenilla.
- Evitar la exposición directa a las corrientes de aire como el aire acondicionado.
- Parpadear de forma frecuente para mantener el ojo humedecido

