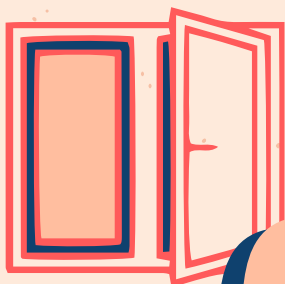
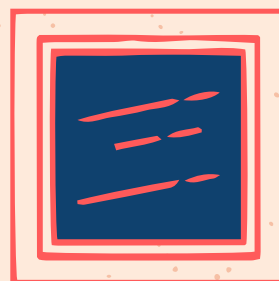
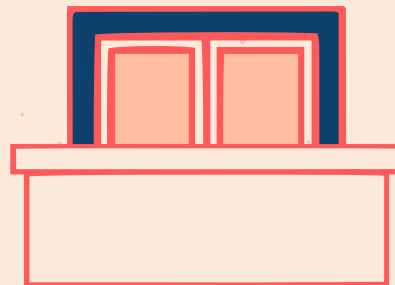
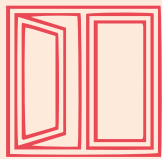


# vista

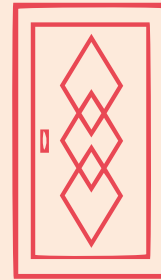
Nº 5

Revista Oficial del grupo Vista Oftalmólogos





**Cuando  
una puerta  
se cierra,  
se abre una  
ventana.**



No podemos ayudarte con la cobertura para subir un selfie a tus stories.

A recuperar la **vista** sí.

Con la **Cirugía Refractiva** es posible corregir tu hipermetropía.

Entra y pide cita en [vistaoftalmologos.es](http://vistaoftalmologos.es)

**vista** Oftalmólogos  
safe & visible

---

## Coordinación

**Juan Borreguero**

Gerente Vista Oftalmólogos  
gerente@vistaoftalmologos.net

**PayPerThink, S.L.U.**

---

## Comité Editorial

**Vista Oftalmólogos**

comunicacion@vistaoftalmologos.net

**David Sánchez**

CEO PayPerThink  
david@payperthink.es

**Isabel Falcón**

Directora de Proyectos  
isabel@payperthink.es

**Fernando Gamero**

Director de Desarrollo de Negocio  
fgamero@payperthink.es

**M. Ángeles Carrasco**

Jefa de Proyectos  
angeles@payperthink.es

**Silvia González**

Jefa de Diseño  
silvia@payperthink.es

---

## Diseño y Maquetación

**Silvia González**

Jefa de Diseño  
silvia@payperthink.es

**PayPerThink, S.L.U.**

## Comunicación

**Isabel Falcón**

comunicacion@vistaoftalmologos.net

**PayPerThink, S.L.U.**

---

## Contactos

**Vista Oftalmólogos**

vistaoftalmologos.es  
presidente@vistaoftalmologos.es  
gerente@vistaoftalmologos.es  
atencioncliente@vistaoftalmologos.net



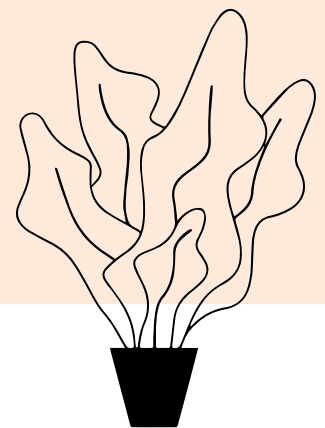
**PayPerThink, S.L.U.**

payperthink.es  
+34 619 969 128  
hola@payperthink.es  
Avda. Juan Carlos I, nº1, local 2  
C.P. 06800 - Mérida (Badajoz)



# Contenidos

- Pág. 07** • *Presidente*
- Pág. 09** • *El Editorial*
- Pág. 11** • *El Avance Técnico*
- Pág. 13** • *Antiguo Egipto*
- Pág. 15** • *Un paseo por la historia*
- Pág. 17** • *Consejos*
- Pág. 19** • *Preguntas frecuentes*
- Pág. 21** • *La vista cansada\_ Oftalmedic Salvà*
- Pág. 22-23** • *Publirreportaje\_ Dr. Federico Alonso*
- Pág. 25/27/29/42** • *Somos Vista*
- Pág. 31** • *La ambliopía*
- Pág. 33** • *#Volver\_ Jorge Marredo Rosa*
- Pág. 35** • *Experiencias*
- Pág. 39** • *Pasatiempos*
- Pág. 41** • *El Oculista*



Visión continua  
de alto contraste  
para presbicia

TECNIS  
Synergy™ IOL

Lo mejor de los  
dos mundos.  
Desde lejos hasta  
cerca; claridad  
noche y día.

Solo para profesionales sanitarios. Lea las instrucciones de uso para ver la información de seguridad importante y consulte con nuestros especialistas si tiene alguna pregunta.

**EVENTOS ADVERSOS:** Los eventos adversos que se pueden producir durante una cirugía de cataratas con implante de la IOL, pueden incluir, entre otros: **1.** Endoftalmitis/infección intraocular **2.** Hipopión **3.** Hifema **4.** Dislocación de la IOL **5.** Edema macular cistoideo persistente **6.** Bloqueo pupilar **7.** Desprendimiento/desgarro de retina **8.** Edema persistente del estroma corneal **9.** Iritis persistente **10.** Presión intraocular (PIO) elevada persistente que requiera tratamiento **11.** Intervención quirúrgica secundaria (incluyendo la recolocación del implante, su extracción, paracentesis de la CA u otro procedimiento quirúrgico). Eventos adversos que puedan provocar una deficiencia visual permanente y puedan requerir una intervención quirúrgica secundaria, incluido el intercambio o la explantación de lentes intraoculares.

TECNIS SYNERGY es una marca comercial de Johnson & Johnson Surgical Vision, Inc. © Johnson & Johnson Surgical Vision, Inc. 2019. PP2019CT5064

Johnson & Johnson VISION

# Presidente



*Individualmente,  
somos una gota de agua.*

*Juntos,  
somos un océano.*

Ryunosuke  
Satoro.  
*Poeta japonés.*

**C**omo en cada número desde que nació, la revista de Vista Oftalmólogos me permite trasladaros unas palabras, y lo hago esta vez aún impactado por el alto número de víctimas y de afectados por la pandemia del Covid-19. Sin duda, lo más relevante son las víctimas mortales, a cuyas familias, queremos trasladar todo el pesar y el sentimiento de cercanía, en nombre de quienes formamos parte de Vista Oftalmólogos. Es terrible pensar que, al dolor de la pérdida de un familiar, haya que sumarle además el hecho de no poder despedirte, de no poder abrazarlo, de no poder trasladarle tu cariño en ese momento. No quiero dejar pasar la oportunidad sin transmitirle mi especial pesar, afecto y apoyo a los compañeros y compañeras del grupo Vista Oftalmólogos que han perdido a familiares o amigos.

La pérdida de vidas humanas es el principal coste de la situación creada por el Covid-19, pero aunque no se haya visto afectada su salud, nadie es inmune a los gravísimos efectos sociales y económicos. Como muchos de nuestros pacientes, nosotros también hemos sentido la misma incertidumbre y el mismo temor por el futuro de nuestras pequeñas empresas. Son momentos complicados, en los que no siempre llegan las ayudas en tiempo y forma apropiadas, pero toca resistir, conscientes de que nuestra manera de entender la Oftalmología y la confianza de nuestros pacientes nos ayudarán a salir adelante.

Dejadme deciros, para terminar, que [no me cabe duda de que saldremos de esta situación reforzados, en lo personal y en lo profesional](#). La fortaleza de este Grupo, que cumple más de 10 años, no está en el cuánto, sino en el cómo. No se trata de cuánto ganamos, sino de cómo lo hacemos. No se trata de cuántos pacientes vemos, sino de cómo los ayudamos. No se trata de cuántos socios somos, sino de cómo nos relacionamos. Individualmente somos una gota de agua, pero juntos somos un océano.



Carlos  
Gutiérrez Amorós  
Presidente de  
Vista Oftalmólogos

# LUXSMART™

P R E C A R G A D A

 **YOU**

NO TE PIERDAS LO MEJOR DE LA VIDA



## LIO HIDROFÓBICA

La LIO\* para  
tu rango de  
visión diario

\*LIO: lente intraocular

2020 © Bausch + Lomb Incorporated. ® /™ son marcas comerciales de Bausch + Lomb Incorporated o afiliadas.  
Otros nombres/productos son marcas comerciales de sus respectivos propietarios.  
Estos productos sanitarios cumplen con la legislación vigente. Consulte las instrucciones de uso para advertencias y precauciones.

**BAUSCH + LOMB**  
Ver mejor. Vivir mejor.



*Nunca sabes  
lo fuerte que eres,  
hasta que ser fuerte  
es tu única opción.*



**E**n los últimos tiempos hemos vivido momentos terribles, sin paliativos. Un tsunami impredecible que se ha cobrado la vida de miles de personas y ha dejado un rastro de dolor, miedo e incertidumbre. Desde Vista Oftalmólogos hemos respondido demostrando con nuestras acciones que la Sanidad Privada es, ante todo, sanidad, y que nos mueve el bienestar de la ciudadanía, más allá de los compromisos personales y empresariales que cada clínica tuviera. Y lo hemos hecho todos juntos, como Grupo.

Uno nunca sabe lo fuerte que es, hasta que ser fuerte es su única opción. Y así ha sucedido. En respuesta a la situación generada por el Covid-19, **todas las clínicas del Grupo se han puesto a disposición de las autoridades, han cedido y enviado todos los materiales de los que disponían para proteger al personal sanitario, e incluso los han fabricado y entregado con lo que tenían a mano.**

Pero, además, iniciamos una campaña de Teleconsultas Oftalmológicas Urgentes, seguras y sin coste, -llamada #CuentaConVista-, durante la cual pusimos a disposición de la ciudadanía los servicios de urgencia de todas nuestras clínicas, con el objetivo de descongestionar los hospitales españoles, y que las personas que lo necesitaran tuvieran atención médica sin el temor de acudir a un centro de salud cuando no era necesario.

Y también miramos hacia dentro del Grupo. En este momento tan complicado, estamos atendiendo las necesidades de todos los socios, poniendo a disposición todos los recursos que tenemos y contratando de forma específica otros servicios para dar respuesta a lo que más nos preocupa. Me gustaría pedir, además, que hicierais llegar un mensaje de ánimo y aliento a todas las personas que forman parte de vuestros equipos de trabajo. Ahora más que nunca, somos un Grupo, y como tal debemos actuar.

Esta situación pasará y tendremos que hacer un esfuerzo para permanecer cerca de nuestros pacientes, ofrecerles el apoyo que necesitan para mejorar su salud visual, **sin olvidar los valores fundacionales del Grupo, como son la cercanía, la cooperación y la excelencia en el cuidado de la salud visual.**

Juan  
Borreguero Fernández  
Gerente de  
Vista Oftalmólogos

Ahora también  
**TÓRICAS**

Lente Intraocular Premium  
**Lucidis**

SWISS ADVANCED VISION  
Intraocular Lens

Visión nítida a **TODAS** las distancias  
Ausencia de halos



BLOSSMETRÍA, dícese del conjunto de soluciones tecnológicas para el cálculo óptimo de las lentes intraoculares, la satisfacción del paciente y la tranquilidad del cirujano|BLOSS GROUP



LENSTAR y  
Método Hill-RBF

Resultados refractivos excelentes con la aplicación de la Inteligencia Artificial



ANTERION

Plataforma de imagen de Polo Anterior  
Equipo SS-OCT modulable y configurable



Navilas

Tratamiento guiado y documentado



LA NUEVA FORMA DE TRATAR LA RETINA



Simplificando el ERG

Electrorretinógrafo **RETeval**

Medición objetiva de la función de la retina  
Potente herramienta de diagnóstico y TELEMEDICINA

Seguro - Efectivo - Único



# El Avance técnico

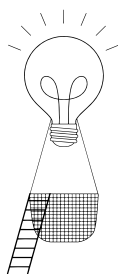


El ojo biónico,  
tecnología para  
volver a ver ———

**E**l ojo biónico Argus II es un dispositivo creado para devolver parcialmente la visión a personas que padecen determinados tipos de ceguera. En concreto, esta tecnología está pensada para personas con Retinosis Pigmentaria, una enfermedad genética degenerativa que afecta a la retina.

El dispositivo está dotado con nanotecnología que estimula las conexiones que llegan desde la retina hasta el cerebro para que este reciba señales visuales, creando patrones de luz que los pacientes aprenderán a interpretar, ganando así funcionalidad visual. Requiere una cirugía que consiste en implantar un chip con 60 electrodos en el centro de la retina, en la mácula. La parte externa del dispositivo, formada por unas gafas con una cámara y una unidad de procesado de vídeo, convierte las imágenes recibidas en señales eléctricas codificadas que estimulan la retina.


Una semana después de la operación, el paciente comienza un proceso de entrenamiento, training fitting, durante dos meses, con el objetivo de aprender a interpretar los patrones de luz creados. Gracias a este dispositivo se recupera una visión en blanco y negro, sin detalles. Aunque, de momento, los pacientes no pueden distinguir caras, sí consiguen ver formas y movimientos a través de imágenes bidimensionales.



**n.f. Nanotecnología**  
*Tecnología que se dedica al diseño y manipulación de la materia a nivel de átomos o moléculas, con fines industriales o médicos, entre otros.*

Este avance, más allá de devolver al invidente parte de su visión, tiene una alta incidencia a nivel emocional en tanto que dota al paciente de una mayor independencia e interacción social. Así lo cuenta una de las primeras pacientes operadas en España, Josefa Jiménez, que después de 30 años en la oscuridad ha soplado las velas de su cumpleaños, viéndolas.

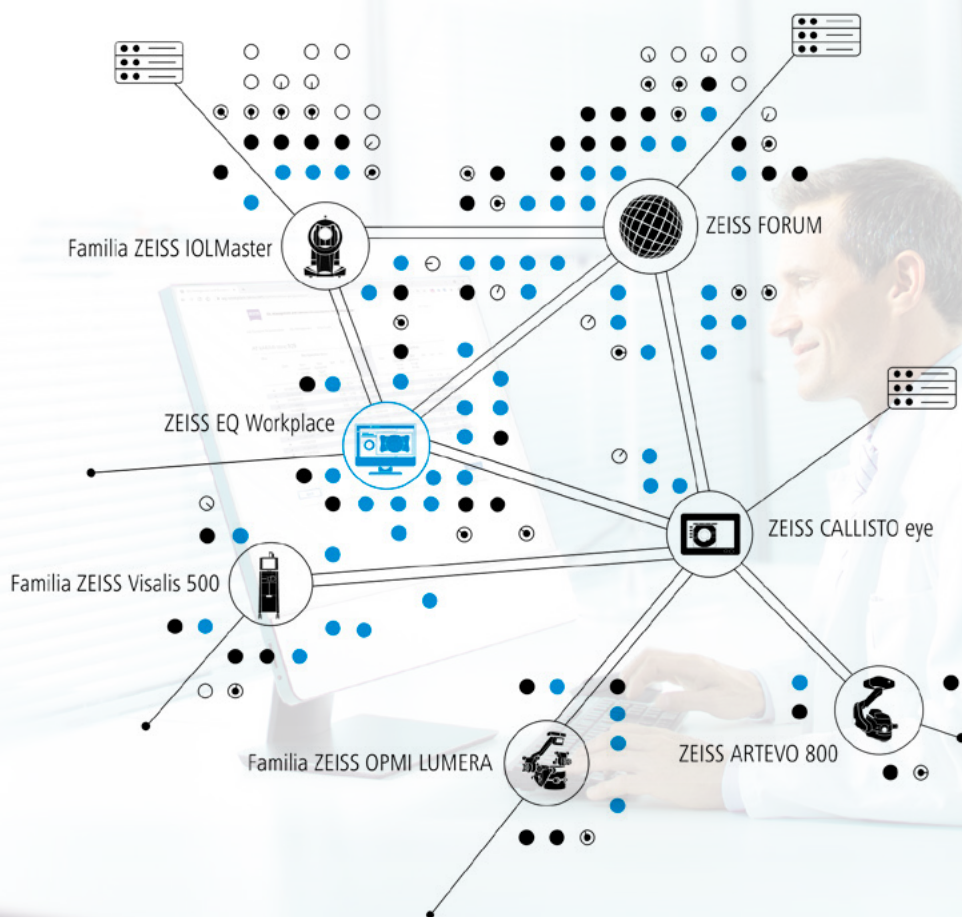
Las primeras intervenciones de este tipo en España fueron realizadas con éxito por el Dr. Jeroni Nadal en el Instituto Barraquer de Barcelona y por el Dr. Juan Manuel Laborda en el Hospital La Arruzafa de Córdoba, España.

La tecnología permite  
crear patrones  
lumínicos. 

# Ahorre tiempo en los procesos preoperatorios

El nuevo EQ Workplace® de ZEISS es la incorporación más reciente a ZEISS Cataract Suite y le ayudará a optimizar el flujo de trabajo de la cirugía de cataratas. Desde la biometría, el cálculo, la selección y el pedido de lentes intraoculares (LIO) hasta la planificación quirúrgica, pasando por la recopilación de datos posoperatorios, ZEISS EQ Workplace está pensado para ayudarle de las siguientes formas:

- Ahorro de tiempo durante los procesos preoperatorios
- Mayor protección frente a errores
- Acceso a los datos desde cualquier ubicación
- Personalización de las constantes de las LIO



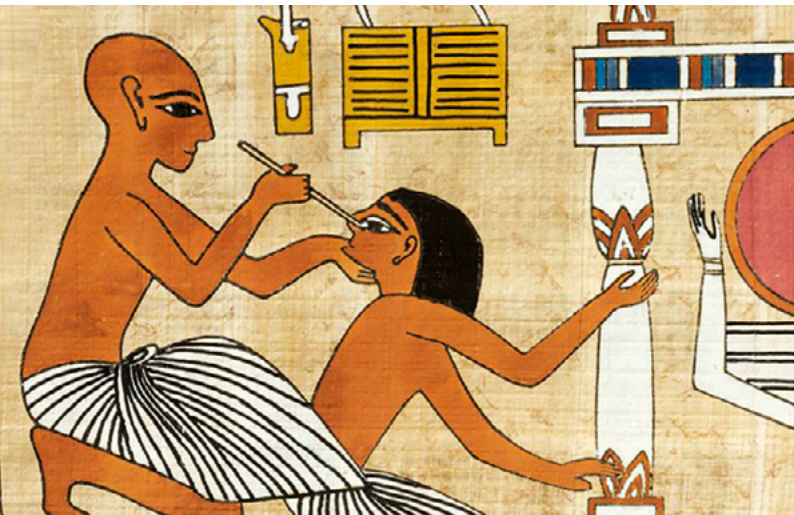
**ZEISS EQ Workplace**

[www.zeiss.com/eq-workplace](http://www.zeiss.com/eq-workplace)



Seeing beyond

# Antiguo Egipto



## Origen de la Oftalmología como especialidad

*La historia de la Oftalmología se remonta muchos siglos atrás, cuando los principios de la medicina todavía se encontraban diluidos entre la experiencia, la brujería y la religión, mezclándose entre sí.*

**A**llá por el año 3500 a.C., comienza nuestra historia, con las primeras reproducciones de ojos artificiales, realizados de metal y piedras, para usarlos en momias y estatuas.

Los egipcios tenían un profundo respeto por la medicina y la vida, estudiándola en profundidad y dando origen a especialidades concretas, ya que consideraban que así aumentaba la eficacia de los expertos en cada dolencia. Cada uno de ellos tenía sus propios rituales, y sus tratamientos se recogían en un recetario llamado *Papiro de Ebers*.

El conocimiento que se tenía en aquel entonces sobre el ojo no iba más allá de la pupila, la esclerótica y las partes externas, como los párpados, pestañas y cejas. Aunque su denominación era muy diferente, salvo en el caso de la esclerótica, que ya se denominó como tal.

*Los párpados eran denominados "la espalda del ojo". Por otro lado, la pupila (poupée: muñeca) se conocía como "la niña que está en el ojo", por el reflejo de las personas en la córnea sobre el negro de la pupila.*

Los oftalmólogos egipcios representaban un papel fundamental en el tratamiento de enfermedades endémicas, tales como la "Oftalmía del desierto", conocida como *Tracoma*, que aún sigue siendo la principal causa evitable de ceguera en el mundo.



En el momento de la acción, los tratamientos médicos comenzaban con rezos y cánticos a los dioses cuyos mitos estaban relacionados con los ojos, siendo el más relevante de ellos *Toth*, dios de la ciencia y la medicina, que curó el ojo del dios Horus tras perderlo contra Seth. Estas plegarias mágicas se complementaban con el remedio farmacológico, los cuales consistían habitualmente en pomadas y ungüentos que se aplicaban con una paja o pluma humedecida.

Otro "talismán" para paliar estas dolencias oculares de quemazón provocadas por el clima, era el conocido cosmético Kohl, elaborado a base de galena molida y otros ingredientes, que permitía reducir la luz intensa al ser negro, a la par que servía como desinfectante gracias al sulfato de antimonio. Es usado principalmente por las mujeres y hombres de Oriente Medio, norte de África y Sur de Asia para oscurecer los párpados, y por sus tintes estéticos.

Las evidencias de la importancia de los oftalmólogos en la antigüedad egipcia surgieron en 1920, con el hallazgo de la estatua de un oculista en las pirámides de Giza; además de las pinturas y simbología de la época.

Quién pudiera ver una película sobre estos maestros de la visión entre geroglíficos y utensilios de bronce.

*¿Os lo imagináis?*

NOVEDAD

# MEDICALMIX

PASIÓN POR LA OFTALMOLOGÍA



**CUANDO LA CALIDAD VISUAL  
SE UNE A LA AGUDEZA VISUAL**

FINEVISION TRIUMF

G-FREE



LENTE TRIFOCAL  
DE FOCO CONTÍNUO



**CUANDO LA SERENIDAD  
SE CONVIERTE EN REALIDAD**

ISOPURE

1.2.3

G-FREE

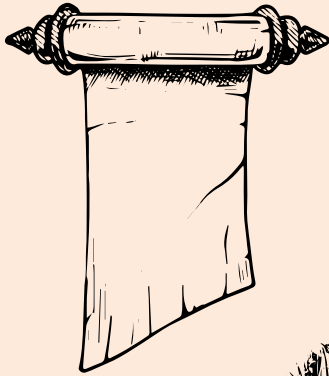
ISOFOCAL OPTIC

LENTE MONOFOCAL  
CON VISIÓN INTERMEDIA  
MEJORADA

PhysiOL

ADVANCED OPTICAL SOLUTIONS

1550 a.C.



Aparece el **Papiro de Ebers** del Antiguo Egipto, el cual consta de 877 apartados acerca de enfermedades oculares y sus prescripciones. Se considera el tratado de medicina más antiguo que se conoce.

Tiene unos 20 metros de largo.

s.V a.C.

**Hipócrates de Cos**, "padre de la medicina", escribió 70 libros médicos. Citó la conjuntivitis, las úlceras corneales, que el estrabismo puede heredarse, y habló de la reclinación del cristalino en las catarata, entre otras aportaciones.

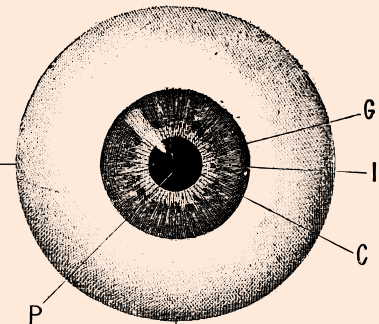


Estatua de Séneca en Córdoba, su ciudad natal, junto a la puerta de Almodóvar.

4 a.C. - 65 d.C.



El filósofo romano Séneca notó que un globo de vidrio lleno de agua se podía usar con el fin de aumentar. Es ciertamente probable que algunos artesanos romanos hayan podido usar vidrios de aumento para facilitar el trabajo con detalle muy fino.



s. XI

El científico árabe, Ibn al-Haytham, conocido en Europa como **Alhacén**, creó las bases teóricas para esta invención con su estudio de la córnea humana y de los efectos de los rayos de luz en espejos y lentes.

# Un paseo por la historia

Finales s. XIII



**Roger Bacon**, filósofo franciscano, talló las primeras lentes en forma de lenteja. Realizó grandes trabajos de óptica y fue precursor de Descartes gracias a los trabajos de refracción-reflexión de la luz y sus leyes físicas.

Aparecen las primeras lentes convergentes que fueron evolucionando en un sistema sofisticado al que se denominó anteojos.

**Averroes**, originario de Córdoba, fue un filósofo, abogado, médico y astrónomo muy reconocido en su época, siendo el primero en sugerir que **la retina es el órgano receptor de la luz**.

1965

**Joaquín Barraquer Moner** en colaboración con **Hans Litman**, ingeniero óptico de la empresa tecnológica **Zeiss**, idea un microscopio especial para filmar en vídeo la microcirugía ocular.

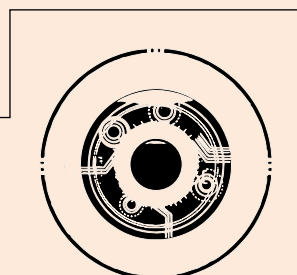
1851



**Helmholtz** revolucionó el campo de la Oftalmología con la invención del oftalmoscopio; un instrumento usado para examinar el interior del ojo humano.

1988

**Marguerite McDonald**, tras varios años de investigación junto a su equipo, realizó la primera cirugía láser a una mujer que padecía cáncer de la órbita ocular, obteniendo excelentes resultados.



2014

El Hospital La Arruzafa y el Centro Barraquer, pioneros en el implantes de ojo biónico de visión artificial en España, el dispositivo **Argus II** devuelve parte de la visión a pacientes con ceguera absoluta a causa de la retinosis pigmentaria.



# PLATAFORMA OJO SECO

En España un 26% de la población adulta sufre de **Síndrome del ojo seco**.

Principalmente afecta a un 50% de las mujeres después de los 40 años de edad y a partir de los 55 años, a un 90% de las mujeres .

## ¿Tiene el OJO SECO?

Si sufre los síntomas mencionados a continuación, no dude en acudir a su oftalmólogo:

- >> Ardor y picazón.
- >> Sensación de arenilla.
- >> Enrojecimiento.
- >> Fotofobia (hipersensibilidad a la luz)
- >> Fatiga visual.
- >> Intolerancia a las lentes de contacto.
- >> Ojos llorosos



## DIAGNÓSTICO Y SEGUIMIENTO

Sistema de visualización de las glándulas de meibomio para el análisis y detección de problemas relacionados con el ojo seco y evaluación de la calidad lagrimal

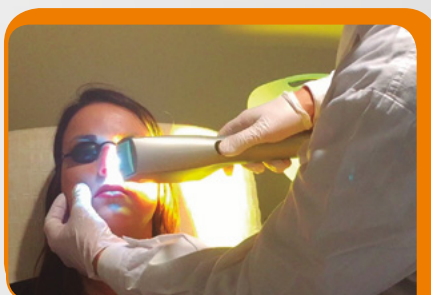
## TRATAMIENTO: en pocos minutos

**EYE-LIGHT®** since 1997  
AND YOU ARE THE DRY EYE SPECIALIST **Expansione Group**

ÚNICO

SEGURO

RÁPIDO



Luz pulsada (OPE)

+



Luz modulada (LLT)

**TOPCON**

YOUR VISION. OUR FOCUS



www.topcon.es

### ***Lentillas\_***

- La **higiene es fundamental** a la hora de manipular las lentillas.
- No utilices **nunca** tus lentillas **más tiempo del indicado**.
- Empieza a ponértelas **siempre por el mismo ojo**. De esta manera reducirás la probabilidad de equivocarte de lentilla a la hora de colocarlas.
- Bebe líquido y parpadea con frecuencia para lograr una mayor hidratación en tus ojos. Otra opción es usar gotas oculares.

### ***Maquillaje y lentes de contacto\_***

- Poner siempre primero las lentes de contacto. De hacerlo al contrario cualquier resto de maquillaje que haya podido caer en el ojo, podría contaminar la lentilla y provocar infección ocular.
- Evitar el maquillaje en polvo. Los productos en polvo tienen una textura más volátil, es frecuente que las partículas puedan entrar en el ojo. Si aún así no se puede prescindir de ellos, hay que procurar aplicarlos con los ojos prácticamente cerrados y con pinceles de pelo corto y compactos.
- No compartir cosméticos.
- Retirar las lentillas antes de desmaquillarse. Al final de la jornada, lo primero que se debe hacer es lavar y secar las manos y retirar las lentes. Desmaquillaremos después con productos hipoalergénicos y que no irriten los ojos.

### ***Cuidado de la vista tras el verano\_***

- **Revisión oftalmológica.** La mejor fecha para la revisión oftalmológica es después del verano, para en materia de prevención para afrontar el trabajo, y en el caso de los niños para comenzar el año escolar con ciertas garantías.
- **Retomar hábitos saludables.** Mantener una alimentación sana y equilibrada nos ayudará a recuperarnos de los excesos veraniegos y mejorar la salud visual.
- **Higiene ocular.** Es importante mantener hidratado los ojos, especialmente si se tiene sequedad ocular.
- **Terapia visual y hábitos posturales.** Recomendables para volver a recuperar la vista de cerca, mucho menos usada en las actividades al aire libre propias de las vacaciones, relajando el sistema acomodativo que es el que nos permite ver objetos cercanos.

### ***Menopausia y salud visual\_***

Los cambios hormonales que se producen, tanto a nivel físico como emocional, también se manifiestan en los ojos.

La disminución de hormonas repercute directamente en la secreción de mucosas en el organismo femenino y la película lagrimal es una de las grandes afectadas. Por ello, en las mujeres mayores de 50 años, una de las patologías más frecuentes es «el ojo seco», una afección causada por la falta de humectación y lubricación en el ojo. No es un problema crítico, pero sí puede originar irritación, sensación de arenilla en el ojo, picazón o sensibilidad a la luz, que repercuten en las actividades diarias.

#### **Recomendaciones:**

- Utilizar gotas humectantes para mantener la hidratación del ojo.
- Parpadear con frecuencia y realizar descansos periódicos cuando se utilicen dispositivos electrónicos.
- Proteger los ojos del sol y el viento en las actividades al aire libre.
- Evitar el contacto con el humo del tabaco.

Ante cualquier cambio en la visión y también como prevención, es recomendable realizar revisiones oftalmológicas de forma periódica.

### ***20-20-20: las medidas de una vista perfecta\_***

Según un estudio de la Consultora TNS, que recoge actitudes y comportamientos digitales, los internautas españoles dedican al día una media de 120 minutos al Smartphone; 50 minutos a la tablet; y 140 minutos al ordenador. En el caso de la población entre 16 y 24 años, el tiempo dedicado solo al móvil es de casi 210 min.

#### **¿Cómo descansar la vista?**

Una de las técnicas más populares para cuidar la vista es la regla 20-20-20. Fue diseñada por el optometrista californiano Jeffrey Anshel, como un recordatorio fácil para tomar descansos y evitar la fatiga visual. Consiste en calcular **20 minutos** delante de una pantalla y entonces enfocar algo que se encuentre a **20 pies** (aproximadamente 6 metros) durante **20 segundos**.



*‘Yo opté por la  
**visión natural**  
después de la cirugía de cataratas’*



Pregunte hoy a su  
**oftalmólogo** por

**PRECIZON™**   
Aspheric Presbyopic IOLs

*‘¿Cuál será,  
su opción?’*



[www.ophtec.com](http://www.ophtec.com)

**OPHTEC**  
focus on perfection

## ¿Qué es el análisis del fondo de ojo?

Es una técnica oftalmológica que permite examinar el interior del globo ocular, la mácula, la retina, el nervio óptico o los vasos sanguíneos. Se realiza para detectar cualquier anomalía o para hacer el seguimiento de determinadas enfermedades.

## ¿Qué es la agudeza visual?

Es la capacidad del sistema visual para percibir y reconocer la forma de los objetos e identificar las imágenes. Representa una de las funciones imprescindibles para el conocimiento y orientación en el espacio.

## ¿Comer zanahoria mejora la vista?

La zanahoria es una verdura con un alto contenido en vitamina A, esencial para nuestra vista, pero muchos otros alimentos aportan grandes cantidades de esta vitamina, como carnes, pescados, lácteos, huevos, legumbres, y frutas como el melón, el albaricoque o el mango.

## Tengo diabetes, ¿puede afectar a la vista?

Una de las principales complicaciones de la diabetes es la retinopatía diabética: los vasos sanguíneos que irrigan la retina se deterioran, pudiendo inflamarse y sufrir fugas de líquido, además de impedir que la sangre fluya con normalidad. Los pacientes diabéticos también pueden padecer cataratas y glaucoma.

## ¿Qué es la presbicia?

La presbicia es una de las grandes evidencias de que la vista cambia a partir de los 40. No es una enfermedad, es un error refractivo que se produce por el endurecimiento del cristalino. Con el paso del tiempo va perdiendo elasticidad y la capacidad de enfocar objetos cercanos disminuye.

## ¿Qué es la DMAE?

Degeneración Macular Asociada a la Edad (DMAE), es un trastorno visual asociado con la edad que destruye lentamente la visión central. Es la primera causa de pérdida visual irreversible en el mundo occidental.

## ¿Puedo ducharme con las lentillas puestas?

No es recomendable. En las conducciones de agua potable, puede encontrarse la Acanthamoeba, una ameba que libera unas enzimas que destruyen el tejido corneal a gran velocidad y que puede adherirse a las lentillas. Aunque la córnea tiene barreras eficientes para impedir la infección, puede haber una erosión o herida pequeña por la que pueda penetrar, provocando incluso la pérdida de visión.

## ¿Cuándo realizar una revisión oftalmológica?

Realizar una revisión oftalmológica de forma periódica es indispensable para mantener la buena salud de nuestros ojos, por lo que una vez al año sería el mínimo recomendable. Muchas patologías diagnosticadas a tiempo pueden tener tratamiento y cura, evitando la pérdida de visión. Estudios recientes demuestran que el 80% de los casos de ceguera que existen en la actualidad se podrían haber prevenido o tratado para evitar la pérdida total de la visión. Si se observan manchas móviles, destellos de luz, halos alrededor de luces o moscas volantes repentinas, dolor fuerte en los ojos, o se ha sufrido un traumatismo ocular, hay que acudir al oftalmólogo con urgencia.



+ info en [vistaoftalmologos.es](http://vistaoftalmologos.es)

# P&R

# MEJORANDO LA CALIDAD Y LA SATISFACCIÓN DE LOS PACIENTES



**MEDICENTUR**  
— AVI —

## Lentes intraoculares para el tratamiento de la vista cansada.

Las lentes intraoculares constituyen una opción contra la presbicia y permiten eliminar de forma simultánea la miopía, la hipermetropía o el astigmatismo.

# La vista cansada

*La presbicia o vista cansada es una afección ocular relacionada con el deterioro normal del cristalino (la lente natural del ojo). A medida que avanza la edad, esta lente pierde flexibilidad y se vuelve rígida. Además, el músculo ciliar (encargado de flexionarla) pierde capacidad de acomodación. Todo esto disminuye la capacidad de enfoque e impide la correcta visión 'de cerca'.*

*Su prevalencia es muy alta a partir de los 45 años (se estima que afecta a más del 80% de las personas que superan esta edad), y prácticamente todos acabaremos desarrollando presbicia a lo largo de nuestras vidas.*

## Síntomas

Se manifiesta a través de la dificultad para enfocar objetos que se encuentran a menos de un metro de distancia, impidiendo la realización de tareas que requieran de precisión visual cercana, como leer, coser, etc.

Si no se corrige, y el esfuerzo para intentar enfocar con nitidez es constante, pueden aparecer síntomas como **dolor de cabeza o fatiga y cansancio visual, más intensos al final del día**. En caso de aparición de alguno de estos signos, es recomendable acudir al oftalmólogo para someterse a una exploración completa que confirme el diagnóstico.



## Tratamiento con lentes intraoculares

Existen diferentes técnicas para acabar con la vista cansada. Concretamente, la operación de presbicia con lentes intraoculares consiste en la extracción del cristalino (lente natural) y en su posterior sustitución por una lente artificial que aporte la graduación necesaria para la **correcta visión**.

Este procedimiento permite eliminar de forma simultánea otros defectos refractivos como la miopía, la hipermetropía y el astigmatismo.

Además, **previene la aparición de cataratas**, puesto que la estructura causante de este problema ocular (el cristalino) se retira y se sustituye por una artificial.

En cualquier caso, será el especialista en Oftalmología el que determinará la técnica más apropiada para cada paciente tras un exhaustivo estudio preoperatorio.

Entrevista exclusiva al

## Dr. *Federico* Alonso

Director Médico de TecnoLaser Clinic Vision

**D**esde 2002, año en el que TecnoLaser Clinic Vision abrió sus puertas en Sevilla, ofrecen las técnicas más eficaces y menos invasivas en corrección de la vista. Actualmente, es una clínica privada de referencia en España en operaciones láser y líder en tratamientos de problemas oculares en Andalucía. Cada año, TecnoLaser Clinic Vision lleva a cabo más de 6.000 consultas oftalmológicas y trata e interviene más de 3.000 ojos.

Cuentan con un equipo médico altamente cualificado, especializado en patologías de la visión, con una larga experiencia y prestigio a nivel nacional. TecnoLaser Clinic Vision dispone además de los medios más avanzados, con equipamientos tecnológicos de última generación y unas instalaciones espaciosas, luminosas y funcionales, con consultas y quirófanos oftalmológicos completamente equipados.

**Vista Oftalmólogos** *Hoy hablando sobre cirugía refractiva, nos gustaría que nos contara ¿por qué elige las lentes Evo ICL para corregir la graduación de sus pacientes?*

**Federico Alonso** El principal motivo es la alta calidad visual que estas lentes proporcionan a los pacientes, su estabilidad y los buenos resultados a largo plazo. La implantación de lentes ICLs proporciona una enorme tranquilidad tanto a los cirujanos como a los pacientes. Una vez realizados los primeros controles es muy improbable alguna sorpresa en cuanto a complicaciones o resultados.

**V.O.** *¿Qué beneficios tiene frente a otros procedimientos? ¿Qué les aporta a sus pacientes?*

**F.A.** Existen diversos beneficios que aportan estas lentes frente a otro tipo de tratamientos:

- La principal diferencia es la posibilidad de, en cierta medida, revertir el procedimiento, con la reposición o extracción de las lentes. Aunque hacerlo es algo excepcional, siempre supone una ventaja un procedimiento de "agregación" frente al tratamiento sobre córneas de "ablación".

- La posibilidad de provocar transitoriamente ojo seco postoperatorio es menor con la implantación de estas lentes con incisión pequeña y mínimo traumatismo, su menor agresividad y rápida recuperación, frente a los procesos ablativos sobre la córnea.

- La posibilidad de pequeños cambios refractivos derivados de la cirugía, son menores con las lentes ICLs que con otros procedimientos, al no tratar sobre la córnea directamente y no tener remodelamiento epitelial a medio o largo plazo.

- La calidad visual de la lente es superior a la que proporciona otras cirugías y especialmente en miopías altas.

- En pacientes jóvenes, o con córneas finas, la seguridad es mayor al evitar cambios biomecánicos sobre la córnea.

- Alta calidad en visión nocturna si realizamos un buen estudio de las pupilas de los pacientes.

- Son lentes que toleran muy bien pequeños residuales o cambios refractivos, frente a otros procedimientos que necesiten estar prácticamente a cero dioptrías para que sean efectivos.

**V.O.** *Y a usted, como cirujano experto, ¿qué le aporta operar a sus pacientes con las lentes EVO ICL?*

**F.A.** Lo que más me aporta es tranquilidad. Son cirugías rápidas, muy agradecidas por los pacientes, y si no hay complicaciones en las primeras 24 horas, es muy raro tenerlas posteriormente ni a medio ni a largo plazo, siempre que hagamos controles de seguridad anuales. En la consulta diaria, es excepcional la necesidad de revisiones a corto plazo. Transcurridas dos semanas, los pacientes intervenidos ya saben que la cirugía va



**TECNOLASER**  
CLINIC VISION



a ser estable durante muchos años. La estabilidad refractiva y la tolerancia a pequeños defectos residuales hacen que los reajustes posteriores sean prácticamente anecdóticos, lo que le da al cirujano una enorme tranquilidad.

**V.O.** *Como paciente, ¿qué cabe esperar en los días posteriores a la cirugía? ¿Cuánto tiempo necesita para reincorporarse a su rutina diaria? ¿Qué cuidados especiales debe de tener en cuenta el paciente?*

**F.A.** Los pacientes aprecian rápidamente la alta calidad de visión que les proporciona la lente ICLs. Es frecuente escuchar comentarios en el sentido de ver mejor que con sus lentes de contacto, especialmente en dioptrías medias y altas de miopía.

La reincorporación a su actividad habitual es muy rápida, en días, teniendo alguna precaución respecto a la protección de los ojos. En ese sentido aconsejamos que, si hacen deporte o alguna actividad con posibilidad de contacto o golpe directo sobre los ojos, utilicen gafas protectoras al menos las dos primeras semanas

El paciente experimenta una grata sensación de independencia y libertad tras esta cirugía.

**V.O.** *Dr. Alonso, son muchos los operados con esta lente en el mundo. Usted lleva 25 años, y ha operado a cientos de pacientes. ¿Qué es lo que más le suelen decir tras la cirugía?*

**F.A.** Los pacientes son especialmente agradecidos con la implantación de las lentes ICLs, y lo manifiestan de forma espontánea con expresiones de agradecimiento. Para muchos supera sus expectativas y consideran un acierto la elección. Tenemos que recordar que muchos de estos pacientes, tienen en la consulta previa la idea del láser como tratamiento generalizado y del que más referencias tienen. Si embargo, tras la implantación de las lentes, prácticamente todos aseguran que no cambiarían este tipo de cirugía por otro procedimiento.

**V.O.** *Para finalizar esta entrevista, ¿podría resumir las principales ventajas de la cirugía refractiva con lente fásica EVO ICL?*

**F.A.** Fiabilidad, estabilidad, posibilidad de "reversibilidad". En definitiva, cumple las máximas expectativas de los pacientes y también del cirujano.

**Tecnolaser Clinic Vision**

C/ Juan Antonio Cavestany, 14  
41018 - Sevilla

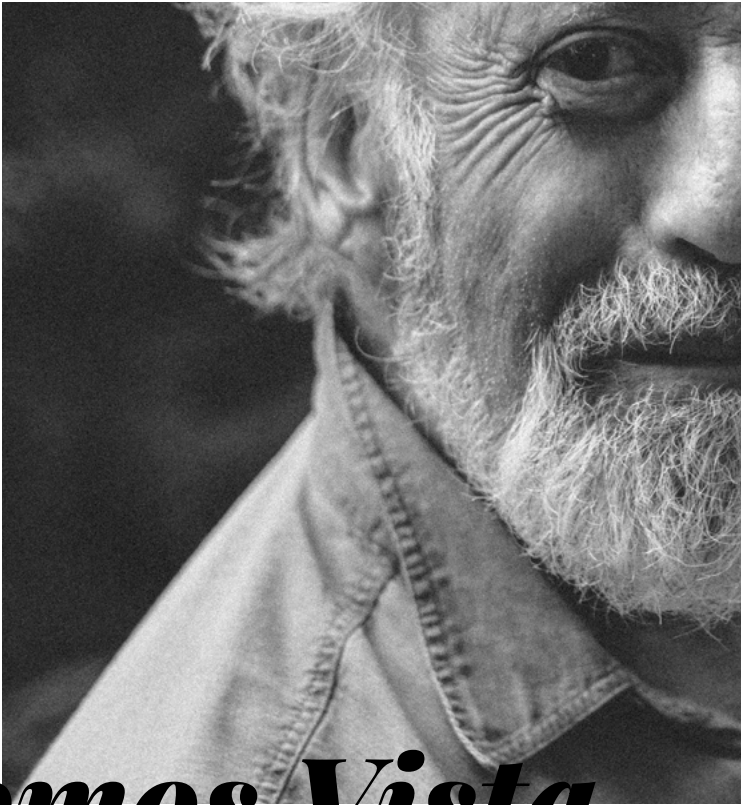
954 988 460

 [tecnolasersevilla.es](http://tecnolasersevilla.es)

# ¿ATRAPADO POR TUS GAFAS O LENTES DE CONTACTO?

DESCUBRE MÁS INFORMACIÓN  
SOBRE LAS **LENTEs ICL**





# Somos Vista

**Y**a hemos podido comprobar estos días que las crisis saca lo mejor y lo peor de cada uno. En este sentido, no ha sido una sorpresa para nadie que en el seno del Grupo Vista, más allá del impacto inicial, el Covid-19 haya despertado una oleada de buenas ideas, de generosidad y, -lo que es mucho más importante-, de mucha acción por parte de todas las clínicas del Grupo.

Entre las acciones que el Grupo Vista ha puesto (y sigue poniendo) en marcha se encuentra una iniciativa solidaria para aliviar la carga de trabajo de nuestro sistema de salud, la fabricación de mascarillas y pantallas de protección en distintos formatos, o la cesión de material a la sanidad pública, entre otras. Desde la atención altamente especializada, hasta la fabricación de elementos de primera necesidad, tutoriales, reciclaje..., no han faltado ideas y entusiasmo para ponerse manos a la obra. Algunas de estas acciones se han desarrollado a iniciativa del Grupo, mientras que otras han sido propuestas y activadas por alguna de sus clínicas. Sea como fuere, nos sentimos muy orgullosos de este maravilloso músculo altruista del que se ha hecho gala cuando más se necesitaba.



# La Próxima Generación



## **NUEVO** Pentacam® AXL Wave

El primer dispositivo que combina la Tomografía Scheimpflug con la Longitud Axial + Frente de ondas total + Refracción + Retroiluminación

El nuevo Pentacam® AXL Wave es un partner de confianza para su cirugía refractiva y de cataratas, aportando los requisitos previos más óptimos para cirugía, basándose en mediciones pre-operatorias y aportando medidas post-operatorias para un seguimiento fiable; ¡Todo en un único dispositivo con hardware y software de altas prestaciones! Para un óptimo tratamiento y alta satisfacción de los pacientes. El nuevo Pentacam® AXL Wave tiene un elevado compromiso con la calidad.

[www.pentacam.com/axl-wave](http://www.pentacam.com/axl-wave)

    ¡Síguenos!

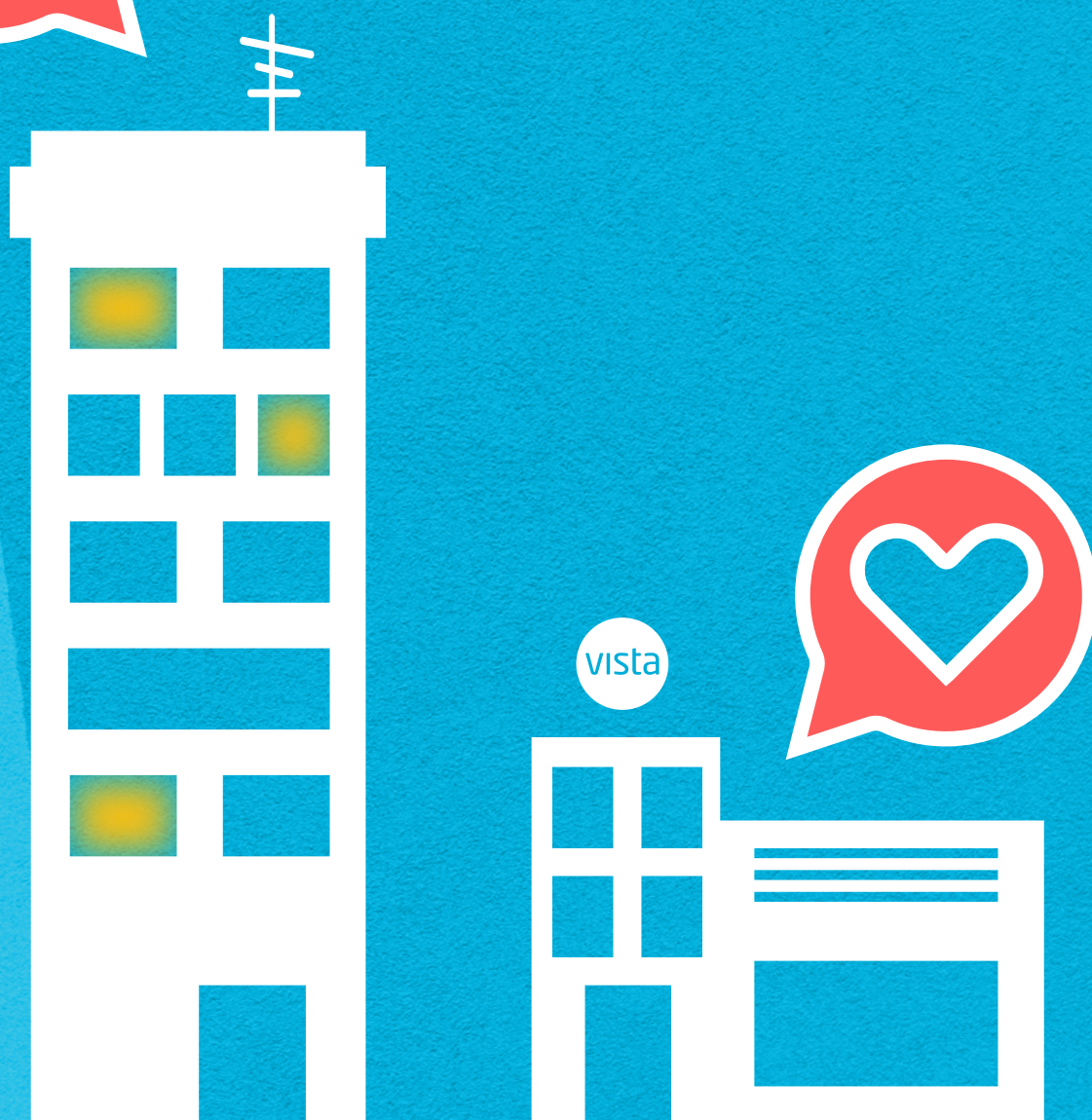
 **125 YEARS**  
OCULUS®

# #CuentaConVista



Teleconsultas oftalmológicas:  
urgentes, seguras y sin coste

Ver condiciones en [vistaoftalmologos.es](http://vistaoftalmologos.es)

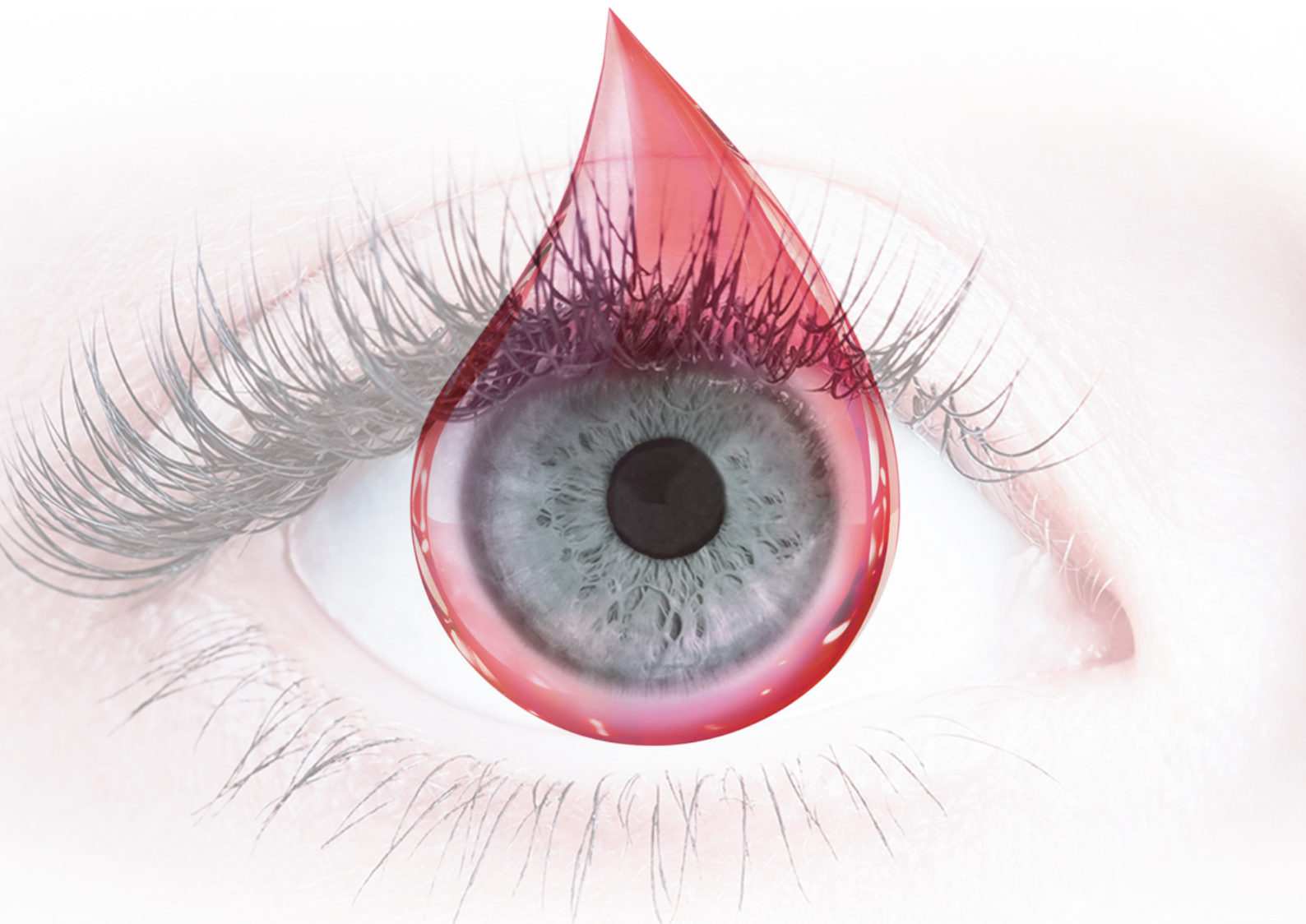


vista Oftalmólogos  
safe & visible

# Relive<sup>®</sup> Total Care

1,5% Polivinilpirrolidona / Actinoquinol / Cianocobalamina

**Cuidado total** ante las lesiones corneales leves



**Humectante · Reepitelizante · Protección lumínica**

- **Post-cirugía refractiva**
- **Lesiones corneales** (queratitis, úlceras, abrasiones, cirugía de pterigión)
- **Daño corneal por radiación UVB+UVA**

Mayor  
protección que  
**ÁCIDO HIALURÓNICO**  
+  
**ACTINOQUINOL<sup>1</sup>**



1. Data on file.



 **Salvat**

## “Cuenta con Vista” una campaña con

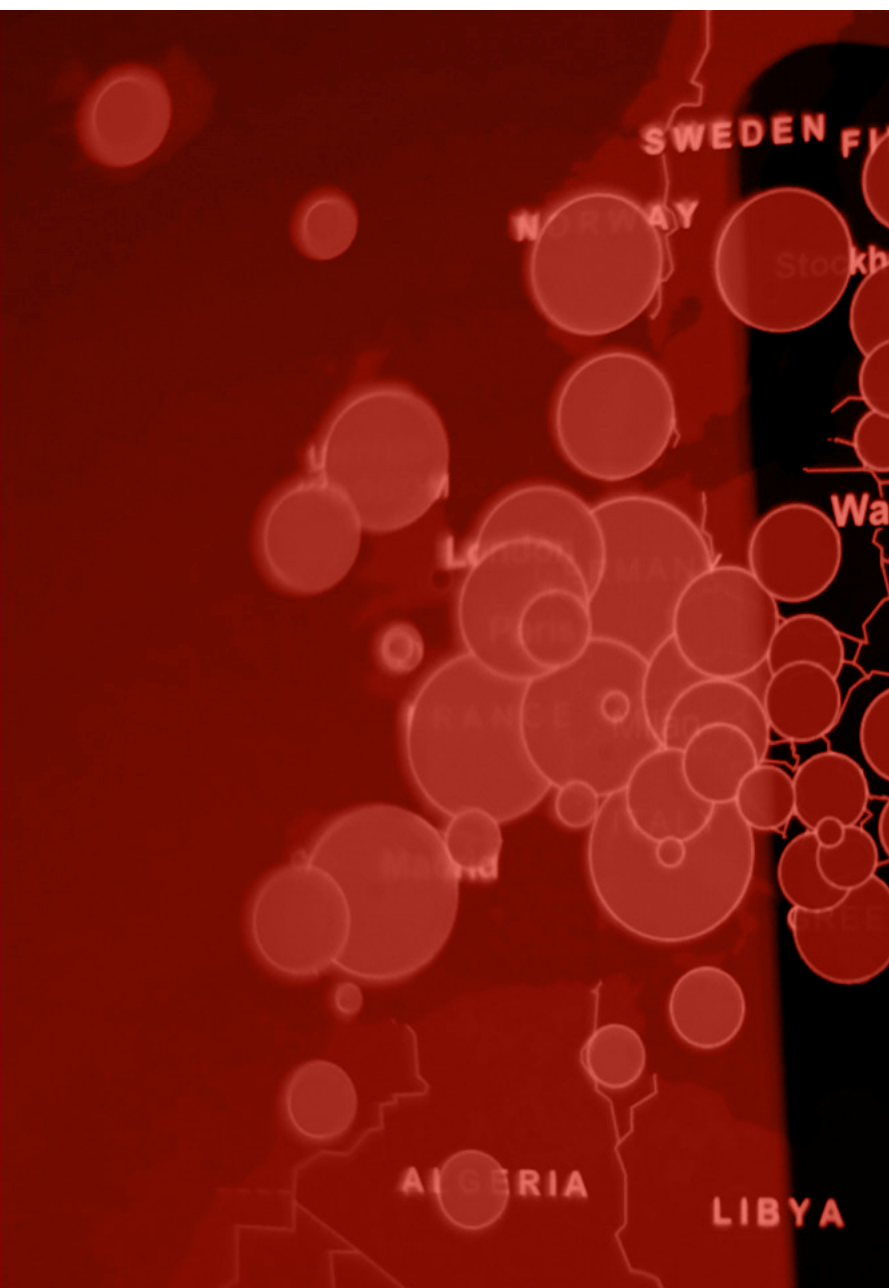


Vista Oftalmólogos atenderá urgencias oftalmológicas sin coste para contribuir a descongestionar los hospitales españoles.

**E**n un momento en el que la expansión del Covid-19 estaba en su máximo nivel, Grupo Vista anunciaba el lanzamiento de la campaña “Cuenta con Vista”, a través de la cual ponía a disposición de la población un grupo de 200 oftalmólogos pertenecientes a sus 51 centros distribuidos por toda España, con el objetivo de atender las urgencias oftalmológicas de un modo seguro y sin coste para el afectado.

Como afirmaban el presidente y gerente del Grupo, “el hecho de pasar la mayor parte del tiempo en casa, no nos libra de tener algún tipo de percance en los ojos. Ya sea por miedo al contagio o por la saturación de los hospitales, es muy probable que el paciente acabe por no acudir al centro hospitalario o hacerlo cuando ya sea demasiado tarde”. Con esta campaña, Grupo Vista atendió a los pacientes facilitándoles la solución más apropiada para cada caso o derivándoles al recurso sanitario más adecuado. En algunas ocasiones, el afectado ni siquiera tendrá que salir de su domicilio.

Ya desde el comienzo de la epidemia el Grupo puso a disposición de las autoridades sanitarias sus clínicas, su personal y todo el material de protección del que disponían, incluidos algunos respiradores con los que cuentan algunas clínicas. La campaña “Cuenta con Vista”, de gran aceptación entre la población y aplaudida por los profesionales de la salud, fue el reflejo de la intención del Grupo de seguir aportando ideas, recursos humanos y materiales, poniéndolos al servicio de la sociedad en un momento de necesidad manifiesta.





CooperVision®

# Listos para enfrentarnos a la miopía

## MiSight® 1 day

Las lentes de contacto que han demostrado que ralentizan significativamente la progresión de la miopía.



Disponible en formatos de 30 y 90 lentes.

[www.CooperVision.es/misight1day](http://www.CooperVision.es/misight1day)

Las lentes de contacto blandas y de reemplazo diario MiSight® 1 day cuentan con el marcado CE de la Unión Europea y la aprobación de la FDA\* de los Estados Unidos para ser utilizadas como sistema de control de la progresión de la miopía en niños y adolescentes por parte de los profesionales de la salud visual

\*En los Estados Unidos las lentes de contacto blandas de reemplazo diario MiSight® 1 Day (omafilcon A) están indicadas para la compensación/corrección de la miopía y la ralentización de la progresión de la miopía en niños con ojos sanos que iniciaran su utilización entre los 8 a los 12 años, con una graduación de -0.75 a -4 dioptrías y un astigmatismo inferior a 0.75 dioptrías. La lente debe desecharse después de cada uso.



## Ojo Vago

Uno de los problemas visuales más frecuentes en los niños.



# La ambliopía

*f. Med. La ambliopía, también conocida como ojo vago, es la pérdida de agudeza visual en uno de los ojos. Es de origen funcional. El ojo ambliope pierde capacidad de visión sin que exista una causa orgánica. Aunque se realice una corrección óptica sobre el «ojo vago», no se puede recuperar la agudeza visual al 100%.*

## Causas

Generalmente se origina por una falta de estimulación visual en el período de desarrollo infantil. El ojo ambliope envía una imagen borrosa o equivocada al cerebro, creando confusión y dando lugar a que aprenda a ignorar esa imagen proveniente del ojo más débil. La ambliopía se produce entonces, cuando un ojo se utiliza menos que otro, como consecuencia de otra patología o defecto refractivo que sufra el paciente: el estrabismo (problema de alineamiento ocular); la anisometropía (mismo defecto refractivo en ambos ojos, pero con valores muy diferentes); o la catarata infantil.

## Síntomas

El ojo vago no es fácil de detectar a simple vista. Las revisiones periódicas desde edades tempranas se convierten en aliadas de la salud visual de nuestros hijos. Sin embargo, existen señales que pueden ayudarnos a estar alerta: la mala visión de uno de los ojos, estrabismo, dolores de cabeza o si el niño se acerca los objetos a la cara demasiado.

## Tratamiento

Dependerá de las necesidades de cada paciente. Cuando el niño tiene estrabismo o un defecto de refracción, lo ideal es comenzar utilizando una gafa. De no ser corregido, el siguiente paso sería la oclusión del ojo dominante, a través de parches, cristales con filtros o penalizados, o con gotas oculares específicas. Pero si es consecuencia de una catarata, se valorará entonces si el paciente debe ser operado.

El sistema visual del ser humano va evolucionando poco a poco, pero no es hasta los 8 años cuando se desarrolla por completo. El tratamiento para la corrección de la ambliopía es eficaz si se realiza en el momento adecuado (durante la llamada época de plasticidad cerebral, hasta los 7 u 8 años), permitiendo una buena recuperación de la visión.

## Tratamiento de microblefaroexfoliación palpebral MBE (Alivio de la Blefaritis)

### ¿Qué beneficios aporta el tratamiento BlephEx™?

Con BlephEx™ el doctor elimina de manera completa y precisa la caspa y los restos de bacterias que se acumulan en el borde del párpado, la causa principal de enfermedades inflamatorias del párpado. Realizado correctamente, BlephEx™ reducirá y aliviará estos síntomas crónicos y debilitantes. Los tratamientos normalmente se repiten cada 4/6 meses dependiendo de la gravedad de la enfermedad.

Al eliminar la etiología inflamatoria de la Blefaritis, se mejora la salud general de los párpados. Entonces, los pacientes pueden empezar a producir más de sus propias lágrimas y por fin disfrutar de una vida libre de los síntomas crónicos e irritantes asociados con la Blefaritis y la enfermedad subsecuente de ojo seco.

### ¿Cuáles son los síntomas de la Blefaritis?

Los síntomas comunes de Blefaritis son:

- ⦿ Escozor en los ojos
- ⦿ Sensación de cuerpo extraño
- ⦿ Lagrimeo
- ⦿ Formación de costras
- ⦿ Enrojecimiento/Inflamación
- ⦿ Presencia de caspa
- ⦿ Ojos secos
- ⦿ Necesidad constante de frotarse los ojos



**Consulte con su oftalmólogo  
sobre el tratamiento BlephEx™**

**BlephEx™**  
Healthy Lids for Life!



# #VOLVER

## sin miedo a los espacios sanitarios

**F**inalizado el estado de alerta tras la pandemia del Covid-19, el regreso a los entornos sanitarios es un reto para pacientes y acompañantes, por el miedo al contagio. Justificado o no, irracional o no, este miedo es conocido como nosocomefobia. De esto y mucho más hemos hablado con nuestro experto:

**Vista Oftalmólogos** *Pregunta obligada, doctor, ¿qué es la nosocomefobia?*

**Jorge M.R.** La nosocomefobia es el miedo a hospitales y centros de salud, y es paradójica, ya que se teme aquel entorno que es necesario para mantener o mejorar su salud.

**V.O.** *¿Suele ser habitual tras una pandemia?*

**Jorge M.R.** Como sabemos, estamos ante una situación inédita en el occidente contemporáneo. No obstante, es previsible que se dé un aumento de casos, especialmente en los primeros momentos del fin del confinamiento.

**V.O.** *A parte de un posible contagio, ¿puede haber otros miedos de cara a usar de nuevo los entornos sanitarios?*

**Jorge M.R.** Pueden aparecer de forma puntual otras fobias relacionadas, como el síndrome de la bata blanca, que provoca que aumente la presión arterial al acudir a centros sanitarios.

**V.O.** *¿Qué síntomas se pueden desarrollar?*

**Jorge M.R.** Las principales respuestas fisiológicas son: aumento significativo de la tasa cardiaca y de la frecuencia respiratoria, sudoración, el enfriamiento de las manos. Las respuestas conductuales son de evitación y/o huida del entorno. Los pensamientos se centran en las consecuencias negativas de ir o permanecer en el entorno en cuestión. Si la persona tiene que permanecer, estos síntomas aumentarían en frecuencia e intensidad.

**V.O.** *¿Puede un miedo convertirse en fobia?*

**Jorge M.R.** No es que pueda, es que las fobias suelen comenzar con una situación que ha producido miedo intenso o que era pensada como una amenaza potencial.



Jorge  
Marredo Rosa

Doctor en psicología y Máster en psicología aplicada. En el ámbito de la investigación ha trabajado principalmente en los efectos del estrés prolongado en profesionales asistenciales.



**V.O.** *¿Qué pasa si la visita al hospital es inevitable y el paciente es incapaz de ir a causa del miedo? En caso de urgencia o fuerza mayor ¿se puede puntualmente tratar el miedo con medicación?*

**Jorge M.R.** Esa situación se va dar en muchos casos. En estos casos debería haber protocolos establecidos. Lo más probable es que la mayoría de casos sean de personas con discapacidad intelectual y/o psíquica y, algo menos, en población general. Si una persona no es capaz de salir de su casa o acudir a una cita médica importante, existen problemas de peso relacionados bien con la autonomía o bien con la capacidad de autogobierno. No obstante, habría que tener muchos factores en cuenta: gravedad de la situación, tipo de tratamiento, capacidad de decisión de la persona implicada, implicaciones del no tratamiento, etc. Afortunadamente se cuenta con los comités de bioética que, en base a los cuatro principios, podrían decidir si es necesario obligar o no el desplazamiento.

Por su parte, la medicación puede ser una opción para hacer más llevadera la situación, pero sabiendo que la medicación no va a eliminar el miedo, sino que hará más tolerable la respuesta de ansiedad mientras dure su efecto.

**V.O.** *¿Qué deben/pueden hacer los entornos sanitarios para tratar de reducir este miedo?*

**Jorge M.R.** Hay que tener en cuenta que estas situaciones se van dar y no ignorarlas. Por tanto, lo mejor es que cada centro desarrolle un plan de acción y, si fuera necesario, un protocolo. Este deberá dotar a la plantilla de los centros de pautas específicas ante situaciones concretas de cara a que los profesionales puedan dar una respuesta uniforme y que esta no quede al amparo del turno o el profesional que la afronta. Por otro lado, el entorno debería ser adaptado dentro de las posibilidades de cada centro, ya sea con cartelería, mostrando disposición a la ayuda y trato cercano, cambios en la disposición del mobiliario de cara a abrir el espacio, etc.

**V.O.** *¿Qué consejos o pautas le darías a las personas que sientan este miedo en sus distintos grados?*

**Jorge M.R.** La metodología más efectiva en estos casos son las estrategias de exposición. Así, comenzaríamos realizando una lista con las situaciones que nos producen ansiedad, ordenándolas de menos a más. Una vez que tenemos la lista empezamos por la situación que nos produce menos ansiedad y asignamos la estrategia que vamos a realizar para afrontarla. La regla de oro es no pasar a una situación superior hasta que hayamos superado la previa.



## ¿Lo ves..? todo encaja.

Más de 70 años de compromiso.

Más de 100 innovaciones en desarrollo.

Una oferta formativa única.

El mejor servicio técnico.

Y sobre todo, más de 20.000 personas que respiran oftalmología cada día, junto a ti.

**Este es tu nuevo Alcon.**

**Alcon**

# Experiencias



Ahora lo veo  
todo claro...  
¡y sin gafas!

Para las personas con errores de refracción, especialmente aquellas que lo padecen desde la etapa infantil, el poder recuperar la visión sin la necesidad de utilizar gafas o lentillas es, según describen:

**“Una de las mejores cosas que he hecho en mi vida”.**

Aquellos que sufrimos de miopía y astigmatismo, o cualquier otro defecto de refracción desde pequeños, tenemos las gafas como uno de los tres objetos clave que salvaríamos en caso de incendio; entre otras cosas porque, salvo que el incidente nos sorprenda durmiendo o en la ducha, este objeto venerado estará, sin ningún lugar a dudas, sobre nuestra nariz.

La dependencia que las personas con problemas de visión tenemos hacia nuestras gafas es mucha. Ellas nos permiten realizar las actividades cotidianas más frecuentes con absoluta normalidad, que de otra forma se verían limitadas a lo que pudiera permitirnos nuestro número de dioptrías.

Por suerte, gracias a la innovación constante en el mundo de la Oftalmología, desde hace años es posible poner fin a esta relación de dependencia, a través de la **cirugía refractiva**. Una intervención que está anotada en la lista de “las cosas pendientes por hacer” de muchas personas y que a veces se retrasa por cierto temor a la intervención.

Pero como todo en la vida, la incertidumbre se combate con información. En las clínicas del grupo Vista Oftalmólogos realizamos un estudio detallado e individualizado adaptado a las necesidades

de cada uno de nuestros pacientes, para saber si son candidatos a la intervención y que tengan, en tiempo real, información de cada uno de los pasos que se realizarán durante la misma.

La sensación de ver de nuevo sin necesidad de utilizar gafas es, a veces, hasta difícil de describir por los pacientes. Las palabras más utilizadas son: **libertad, claridad, felicidad o independencia**. Coinciden en que es una intervención rápida e indolora, salvo alguna molestia puntual que desaparece rápido y que, dependiendo de la técnica utilizada, ven bien prácticamente desde el principio.

Son muchas las personas que, en sus redes sociales o blogs, quieren compartir con los demás la experiencia vivida y los beneficios que les ha aportado la intervención en su día a día. Muchos de ellos, personajes conocidos de los que nos encantará compartir sus experiencias en esta sección en los próximos números de nuestra revista.



# VISIONIX REFRACTION SOLUTIONS

## Ahora, el infinito contenido en 1 m<sup>2</sup>

**NEW VX 25**

Refraction

+ **EYE REFRACT™**



- REFRACCIÓN DE 5 M EN 80 CM
- SOLO NECESITA 1 M<sup>2</sup>
- RESULTADOS PERFECTOS EN MENOS DE 3 MINUTOS
- USO AMIGABLE, AL ALCANCE DE TODOS
- EXPERIENCIA USUARIO CONFORTABLE Y ÚNICA.

Video





Más de 30 años de experiencia  
en el cuidado de tu visión.



Entra en nuestra web,  
busca tu clínica más cercana  
y pide cita.

[vistaoftalmologos.es](http://vistaoftalmologos.es)

# Intensity

By Hanita Lenses

## Visión Redefinida

a todas las distancias con

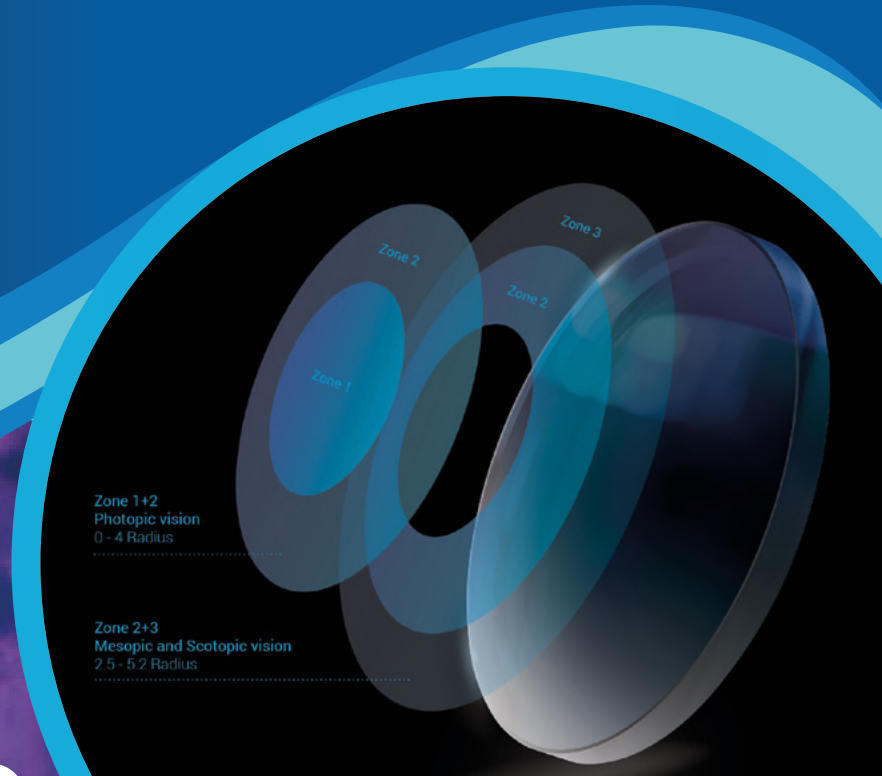
Utilización Dinámica de la Luz



Bunnylens  
Inciación 1,8



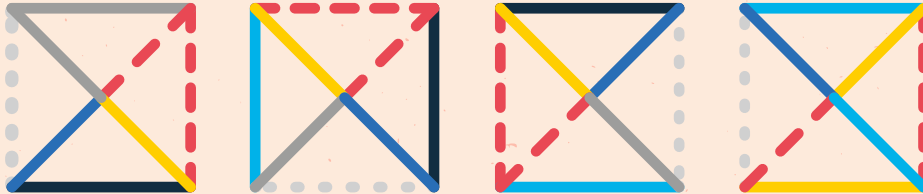
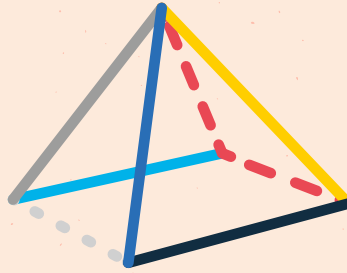
Seelens  
Inciación 1,8





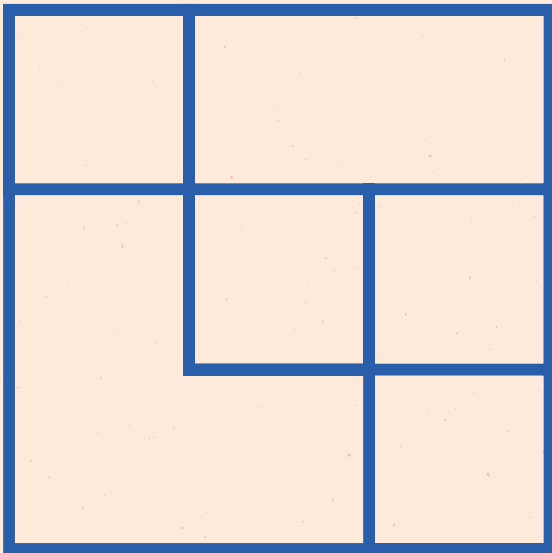
... para toda la familia

¿Cuál es la vista desde arriba de la pirámide?



la respuesta correcta es la C

¿Cuántos cuadrados ves?

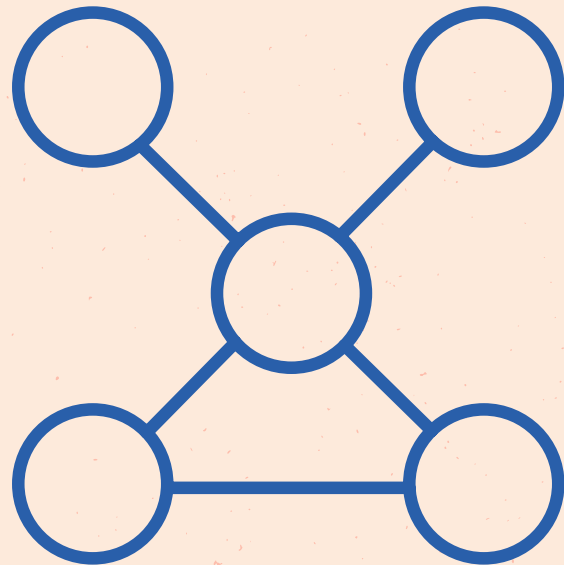


la respuesta correcta es la 7

Coloca estos números:

1, 4, 5, 2, 6

para que todas las líneas sumen 11.



a=9  
b=5  
c=4  
d=2  
e=1

Acertijos

— ¿Cuál es el animal que al ponerse bocarriba cambia de nombre?

El escarabajo

— ¿Cuántas cifras ves aquí?

6  
8  
4

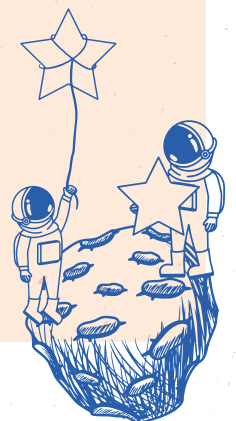
6, 8, 2 y 4

¿Cuál es la solución correcta?

$$8 \div 2(2 \times 2) = ?$$

$$\text{donut} = 1$$

$$\text{donut} = 16$$





Toda la **higiene** que el **PÁRPADO** necesita



- **Toallitas estériles**, específicamente diseñadas para el arrastre de sustancias adheridas al párpado, pestañas y borde palpebral.
- Dermatológicamente testadas
- Hipoalergénicas
- Aptas para toda la familia (bebés, niños y adultos).



ESTILA® *Toallitas*

E

F P

T O Z

L P E D

P E C F D

E D F C Z P

F E L O P Z D

D E F P O T E C

L E F O D P C T

F D P L T C E O

P E Z O L C F T D

Que el mundo va muy rápido es algo que hemos podido constatar estos días de abrupto frenazo vital en los que el obligado confinamiento nos ha privado de muchas cosas. Sin embargo, nos ha permitido dedicar más tiempo, precisamente, a aquellas cosas que nos identifican como seres humanos, entre ellas la capacidad de recordar, pensar, analizar... ¿Cómo va a cambiar nuestra vida a partir de ahora?

Esta mañana, seguía dándole vueltas a esa idea mientras le ponía el parche en el ojo a mi hijo -ojo vago y alguna cosa más-; un parche multicolor con jirafas que nada tiene que ver con el que yo usaba de pequeño, con un horrible color carne. ¿Los harán todavía?, me he preguntado. Yo asocio esos parches a la consulta del oculista a la que mis padres me llevaban anualmente hace más de 30 años: un piso con unas estancias forradas de madera hasta el techo, repletas de cuadros y títulos, en el que la mujer del oculista te daba paso hasta su consulta llena de aparatos y un maletín con distintas lentes que iba probando ojo a ojo. Nada que ver con la clínica oftalmológica a la que llevo a mi hijo, que es casi como un pequeño hospital. Es curioso cómo evolucionan las profesiones.



*¿Cómo va a cambiar nuestra vida a partir de ahora?*

*No lo sé, la vida siempre cambia, me digo— todo depende de lo rápido que lo haga.*

*Me pregunto qué habrá sido de los oculistas.*

# El Oculista



## Mascarillas solidarias: la guerrilla contra el virus.



**C**on nuestras clínicas, personal y material puestos a disposición de las autoridades sanitarias, y la voluntad intacta de seguir contribuyendo en lo posible a salir de esta crisis, la secuencia lógica nos llevó a preguntarnos qué más podíamos hacer.

Algunas de nuestras clínicas, ante la escasez de material de protección -como mascarillas o máscaras faciales-, que sufrían los compañeros sanitarios, comenzaron a barajar la posibilidad de fabricarlas ellos mismos, usando como materia prima aquello con lo que contaban en las clínicas, como batas, sábanas, pijamas... Un caso paradigmático fue nuestra clínica en Fuengirola, la Clínica Ocular del Dr. Tirado, con su proyecto de "Mascarillas Solidarias": "Toda la Clínica se puso en marcha el viernes 20 de marzo. Hicimos un boceto tomando como modelo nuestra mascarilla de quirófano y, tras algunos retoques, conseguimos un buen resultado. También hicimos un tutorial para la confección del modelo elegido", señalaba el Dr. Tirado. A partir de ahí, reparto de tareas y de material: unos cosiendo, otros lavando, esterilizando o empaquetando. Tras ver un tutorial sobre equipos de protección facial, también se pusieron manos a la obra con este tipo de máscaras. **En solo cuatro días se fabricaron casi 600 mascarillas y 150 máscaras faciales de protección.** Y comenzaron a repartir: al Hospital Universitario, al Hospital Costa del Sol, al Care de Mijas, a la Guardia Civil, al centro de salud de Las Lagunas, al del Puerto de la Torre...

Y un suma y sigue que fue creciendo cada día. "Esas protecciones son lo mejor del mundo y nos va a salvar a más de uno" -aseguraba una sanitaria en la entrega.

*"Necesitamos voluntarios, costureras y gente que quiera colaborar haciendo máscaras de protección. Asimismo necesitamos material..., acetatos de encuadernar, elásticos y cinta americana",* —así se llamaba a la participación en la web de la clínica. Junto con la publicación de los tutoriales, la difusión comenzó a dar sus frutos, hasta tejer una increíble red que no ha parado de crecer. "Conseguimos más material y mucha gente -amigos, profesionales- que quería colaborar. Se nos han unido tres tapicerías, 8 costureras independientes, una cofradía de Fuengirola..., gente lavando, secando, embolsando o repartiendo mascarillas... Nos emociona la generosidad de tantas personas que se han apuntado a nuestra iniciativa y que lo están dando todo de manera altruista", aseguraba el Dr. Tirado.

Desde el grupo Vista Oftalmólogos queremos aprovechar nuestra revista para mostrar nuestro orgullo y agradecer públicamente a todo el equipo de la Clínica Ocular Dr. Tirado la iniciativa que pusieron en marcha y que, sin duda, contribuyó a salvar numerosas vidas.

Muchas gracias.

# Descubre el lince que hay en ti

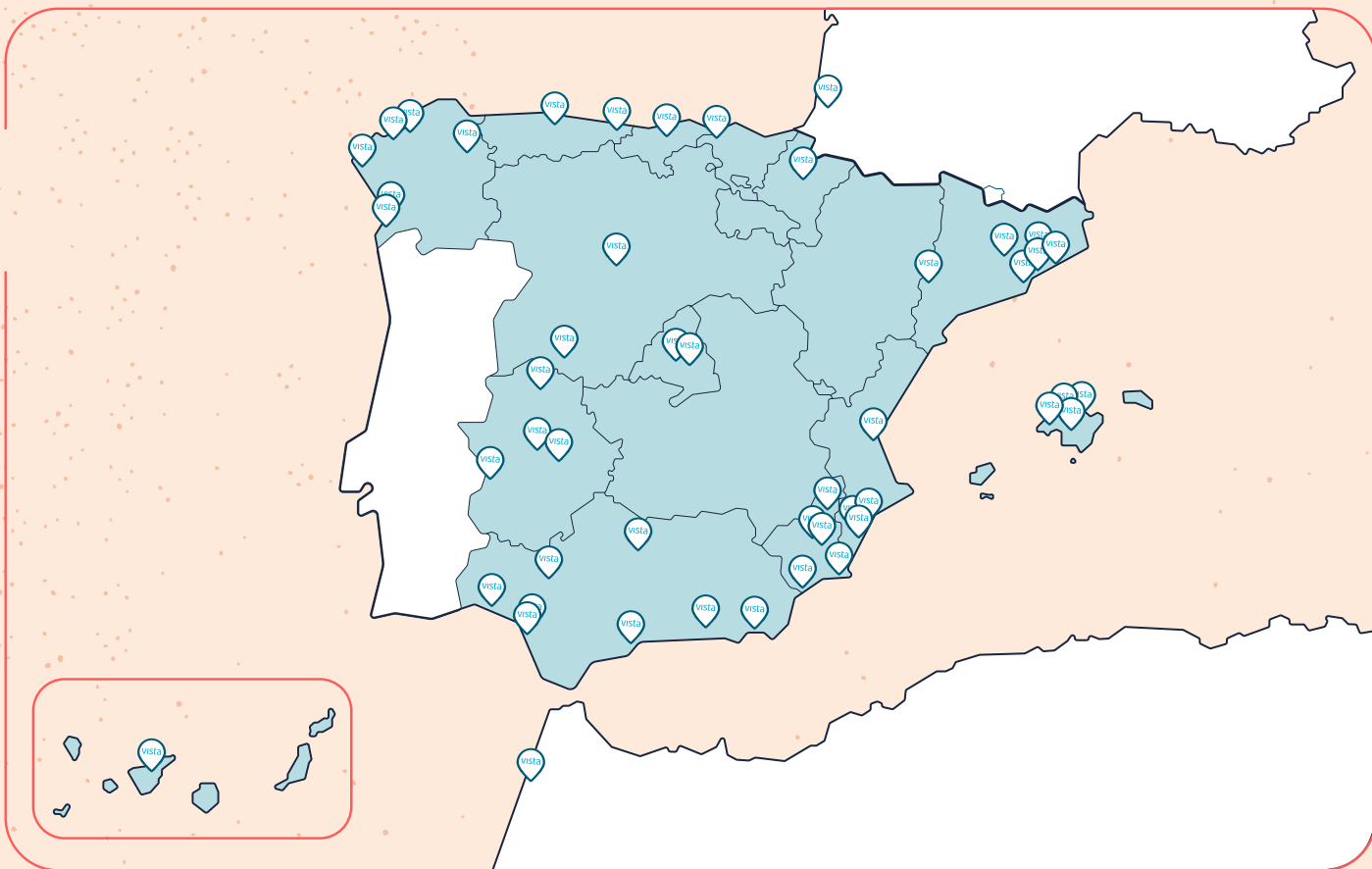


¿Sabes que detrás de tus gafas hay unos ojos que podrían ver perfectamente sin ellas?  
Es sencillo.

Financiamos tu intervención quirúrgica en 24 meses sin intereses\* **(TAE 5,8%)** en cualquiera de nuestras clínicas VISTA.



Oferta financiera ofrecida por CaixaBank Payments & Consumer E.F.C., S.A., y sujeta a su aprobación.  
Ejemplo para una compra de 2.000€ con una comisión de apertura de 6% financiada.  
TIN 0%, TAE 5,8%. 24 mensualidades (23 cuotas de 88,33€ y una última cuota de 88,41€).  
Importe total adeudado, importe total del crédito, precio total a plazos: 2.120€  
Coste total del crédito: 120€. Sistema de amortización francés.  
Oferta válida desde el 01/10/2020 hasta el 31/12/2020



+75.000 CIRUGÍAS AL AÑO

27 CLÍNICAS DE AUTOR  
EN  
52 CENTROS

+200 OFTALMÓLOGOS

+170.000 TRATAMIENTOS MÉDICOS AL AÑO

*Construyendo el futuro  
de la Oftalmología*