

**La presbicia es la principal anomalía visual que afecta a la población española mayor de 40 años** y su incidencia va en aumento. Se estima que en la actualidad el 40% de los españoles la sufren, lo que supone unos 18 millones de personas, y dentro de 10 años, debido a la mayor esperanza de vida, más de la mitad de la población española padecerá esta patología.

Hasta ahora, las personas con vista cansada debían recurrir a las gafas bifocales o progresivas, o a lentillas multifocales para solventar esta anomalía visual, pero no dejaban de ser soluciones que disminuían la calidad de vida. Actualmente el láser y las lentes intraoculares ofrecen una solución más óptima y de calidad

### **¿Que es la presbicia o vista cansada?**

La presbicia consiste en la dificultad para enfocar bien de cerca como consecuencia de la edad. Es lo que se llama vulgarmente “vista cansada” que suele aparecer en torno a los 40-45 años. Se trata de una alteración fisiológica natural y no de una patología.

El ojo normal, en reposo, esta adaptado para la visión lejana. Cuando se requiere la visión de objetos próximos, un libro, la pantalla del móvil, la carta de un restaurante, etc., el ojo debe cambiar de foco realizando un esfuerzo al que llamamos acomodación. Este esfuerzo de acomodación lo realiza el cristalino.

El cristalino es una parte del sistema ocular, que se encuentra detrás del iris, y que sirve para enfocar las imágenes, como hace el zoom de una cámara.

Con el paso de los años el cristalino va perdiendo su elasticidad, y con ello su capacidad de acomodación, lo que provoca, inevitablemente, la presbicia o vista cansada, es decir la imposibilidad de ver nítido de cerca.

Esta elasticidad no se pierde de “golpe”, sino que se va reduciendo progresivamente a partir de los 40 - 45 años y durante unos 10 años, hasta perderse totalmente

### **Causas**

Es una consecuencia del lógico deterioro muscular causado por la edad. El ojo cuenta con un músculo, llamado ciliar, con el que se acomoda el cristalino (la “lente” ocular) para que las imágenes cercanas puedan verse con nitidez. El músculo ciliar, como el resto de los músculos del cuerpo, pierde elasticidad con el paso del tiempo y por tanto, capacidad para enfocar el cristalino y ver bien de cerca.

## Síntomas

Los primeros síntomas son muy concretos: se ven los objetos cercanos desenfocados; para leer hay que alejar el texto, y se necesita más luz. Esta condición afecta por igual a miopes y a hipermétropes, aunque éstos suelen sufrirla antes, y también a aquellas personas que nunca antes habían llevado gafa.

## Tratamientos

### Corrección óptica :

- Lentes convencionales: corrigen el enfoque para la visión de cerca, pero desenfocan las distancias de lejos a intermedias.
- Lentes bifocales: facilitan la alternancia entre la visión cercana y la de larga distancia, puesto que enfocan bien ambas, de cerca por la parte inferior de la lente y de lejos por la parte superior.
- Lentes progresivas: permiten la visión a cualquier distancia, variando la posición de la cabeza. La estructura es la misma que la de la lente bifocal, pero no se nota el corte entre la parte inferior para la presbicia y la superior.
- Lentes de contacto: imitan el sistema de las lentes multifocales, aunque también existen lentillas monofocales: una de ellas enfoca de cerca y la otra de lejos.

### La vista cansada tiene solución mediante cirugía

En Clínica ICOA ofrecemos dos tratamientos alternativos, el láser y la lente intraocular multifocal.

- ***El tratamiento con láser (Visión combinada)*** es similar al utilizado para corregir la miopía, al que denominamos Láser-Visión Combinada o Monovisión (**Blended Vision**). Con este tratamiento podemos corregir la presbicia, mejorando mucho la visión intermedia y próxima. Aunque al mirar vemos con ambos ojos, un ojo está más especializado en ver de lejos (ojo dominante) y otro más especializado en ver de cerca (ojo lector). Mediante el tratamiento Láser-Visión Combinada se pretende potenciar esta especialización, sin alterar la consciencia de visión binocular próxima y remota.
- ***El tratamiento con lente intraocular (Visión multifocal)***, consiste en extraer el cristalino, que ya ha perdido o esta perdiendo su capacidad para enfocar de cerca, y sustituirlo por una lente intraocular multifocal, que hace la función de cristalino artificial. Este lente, gracias a lo que se denomina pseudoacomodación (ofrece 3 planos de enfoque fijos: lejano, media distancia y distancia próxima, siendo el cerebro el que elige el enfoque más adecuado para cada situación), permite a los pacientes un rango de visión completo, desde leer un libro, hasta conducir, todo sin necesidad de gafas.

Con estas técnicas pretendemos eliminar la dependencia de las gafas y lentillas, es decir, no requerir de su uso para la visión lejana, y poder alcanzar un grado de visión próxima adecuado para la vida cotidiana.

Ambos tratamientos son ambulatorios y el tiempo de recuperación es rápido.

Durante la consulta médica, el oftalmólogo estudiará su caso y le indicará el tratamiento más adecuado para usted.