

Información Rápida

para su salud



Presentado por HealthyWomen

Lentes de contacto para niños

Corrección de la visión: ¿Anteojos o lentes de contacto?

Tanto los anteojos como los lentes de contacto son buenas opciones en personas que necesitan corrección de la visión. En el caso de niños con necesidad de corrección de la visión, los lentes de contacto se han convertido en una alternativa popular y sencilla respecto a los anteojos. Muchos padres piensan que los lentes de contacto no son una opción viable para sus hijos. Sin embargo, un conjunto creciente de investigaciones de la corrección de la visión en niños continúa demostrando que los lentes de contacto les aportan beneficios significativos, más allá de corregir su visión, y que algunos niños de apenas 8 años de edad que necesitan corrección de la visión son capaces de usar y cuidar los lentes de contacto. La mayoría de los niños que prueban los lentes de contacto sienten que son una opción cómoda y los prefieren a los anteojos.

Problemas visuales comunes en niños

Los problemas oculares más frecuentes en los niños resultan de defectos en la manera como los ojos enfocan la luz en la retina (la parte del ojo que envía la información visual al cerebro). Estos defectos, llamados *errores de refracción*, causan diversos problemas visuales, incluidos la *miopía* (vista corta), la *hipermetropía* (vista larga) y el *astigmatismo*. Sin embargo, estos problemas casi siempre se corrigen con anteojos o lentes de contacto. La hipermetropía usualmente surge hacia los 8 años de edad y empeora hasta los 15 ó 16 años de edad. Hasta hace poco, se pensaba que el uso de lentes de contacto blandos posiblemente aceleraba el avance de la hipermetropía en niños más que otras opciones de corrección de la visión. Sin embargo, investigaciones recientes han echado por tierra este viejo mito.

Según una encuesta de padres con hijos de 8 a 17 años con visión corregida, casi un tercio dijo que no había considerado los lentes de contacto para su hijo, pese a que la mitad

Los lentes de contacto brindan beneficios significativos a los niños, además de corregir su visión.

también señaló que su hijo preferiría usarlos. Los padres de niños que actualmente usan anteojos afirmaron que a su hijo le disgusta usarlos (42%), no siempre los usa cuando debería hacerlo (41%) y a veces se siente cohibido al usarlos (40%), según la encuesta que realizó Fairfield Research entre miembros del Panel asesor de lectores de la revista Good Housekeeping (Good Housekeeping Advisory Panel) en nombre de la marca de lentes de contacto ACUVUE®. Muchos de los padres participantes en la encuesta creen que los lentes de contacto son una buena alternativa ocasional respecto a los anteojos para ciertas actividades, en especial los deportes.

Beneficios más allá de la corrección de la visión

Los beneficios de los lentes de contacto para los niños van mucho más allá de simplemente mejorar la visión. En estudios, se ha demostrado que los niños que usan lentes de contacto se sienten mejor acerca de su aspecto físico, capacidad deportiva y aceptación social, en comparación con los que usan anteojos. También señalan estar más a gusto con la forma en que los perciben sus amigos y mayor satisfacción cuando participan en actividades sociales. Los lentes de contacto inclusive ayudan a mejorar la confianza académica, especialmente en los niños que están a disgusto con los anteojos y que tal vez no los usan con regularidad en la escuela o al estudiar. En particular, las niñas muestran un mayor sentido de confianza en sí mismas y de autoestima cuando usan lentes de contacto en lugar de anteojos.

Nuevos datos de un estudio de tres años en

centros múltiples recién terminado, en el que se evaluaron los efectos de los anteojos y los lentes de contacto en la percepción que tienen de sí mismos los niños con miopía, sustentan hallazgos previos de mayor confianza en sí mismos de los niños que usan lentes de contacto. En este estudio, se descubrió que, en comparación con los anteojos, los lentes de contacto mejoran la calidad de vida relacionada con la visión en los niños, especialmente en las áreas de aspecto externo y actividades deportivas.

¿Qué tipos de lentes de contacto son los mejores para los niños?

El tipo de lentes de contacto que le recomiende su profesional de atención médica dependerá de las necesidades de corrección de la visión de su hijo. Tanto los lentes de contacto permeables al gas como los blandos se han usado en niños, con resultados satisfactorios.

Los lentes de contacto blandos desechables (tanto las variantes desechables diariamente como las reutilizables) son una opción popular para los chicos. Los niños que optan por los lentes de contacto reutilizables deben recordar vigilar lo relativo a desechar y reemplazar los

Preguntas que debe hacer a su profesional de atención médica

1. ¿Son apropiados los lentes de contacto para corregir el problema visual de mi hijo?
2. ¿Tiene mi hijo edad suficiente para usar lentes de contacto?
3. ¿Qué tipo de lentes de contacto sería el mejor?
4. ¿Qué implican los cuidados de los lentes de contacto?
5. ¿Cómo ayudo a que mi hijo mantenga en buen estado sus lentes?

lentes. Esto se puede marcar en un calendario familiar, o también pueden inscribirse en ACUMINDER™ (www.acuminder.com), un servicio en línea gratuito que envía recordatorios por correo electrónico o mensajes de texto. En una encuesta de usuarios de ACUMINDER™, dos de cada tres participantes encuestados comentaron que este servicio gratuito había cambiado su comportamiento de uso de lentes de contacto. Los lentes desechables diariamente pueden ser una opción excelente en niños que no están listos para encargarse de la responsabilidad diaria de la limpieza y los cuidados de los lentes de contacto. De hecho, cambiar más frecuentemente los lentes de contacto ayuda a prevenir el hábito de "alargar" los lentes de contacto más allá de la fecha de reemplazo que prescribe el especialista en el cuidado de los ojos. Pueden ocurrir malestar y otros problemas de los ojos en usuarios de lentes de contacto que exceden el calendario recomendado de uso y reemplazo de los lentes.

Es posible que los padres también quieran informarse sobre los lentes de contacto que brindan protección contra la luz ultravioleta (UV). Se calcula que el 80 por ciento de la exposición a la radiación UV en una vida ocurre antes de los 18 años de edad. Si bien muchos anteojos para el sol ayudan a bloquear el ingreso de los rayos UV a través de los lentes, la mayoría de los estilos de armazones no evitan que los rayos lleguen a los ojos por los lados, por arriba y por abajo de los anteojos. Los lentes de contacto con bloqueo de rayos UV, que se deberían usar junto con anteojos para sol de alta calidad, bloqueadores de luz UV y con un sombrero de ala ancha, brindan protección adicional importante a los ojos. Sin embargo, muchos lentes de contacto no brindan protección contra la luz UV. De los

que sí lo hacen, no todos proporcionan niveles de absorción similares. Si desea obtener más información, pida orientación al profesional de cuidados oculares de su hijo.

¿Es mi hijo un candidato adecuado para usar lentes de contacto?

La edad es un factor para determinar si un niño es un buen candidato para usar lentes de contacto, si bien no es el único factor. Lo más importante es que su hijo quiera usar lentes de contacto y tenga madurez suficiente para cuidarlos. Su especialista en el cuidado de los ojos también necesitará asegurarse de que no haya afecciones oculares subyacentes que podrían interferir en el cambio satisfactorio a los lentes de contacto. Los especialistas en el cuidado de los ojos habitualmente evalúan la madurez del niño y el nivel de apoyo paterno al decidir si un niño está listo para los lentes de contacto. Determinar si los niños son buenos candidatos para los lentes de contacto puede ser por igual una cuestión de educar a los padres y a los hijos. Puesto que los padres conocen a sus hijos mejor que ninguna otra persona, usted mismo puede ayudar a determinar si su hijo está listo para asumir la responsabilidad. Los padres también deben estar dispuestos a encargarse del gasto que implican los lentes de contacto y a animar a sus hijos para que brinden cuidados y man-

tenimiento a los lentes. Sin embargo, no será necesario que se encargue de todo el trabajo, todo el tiempo. Iniciar el uso de los lentes de contacto en niños de corta edad puede ser útil para fomentar un sentido de responsabilidad en formación e inculcar hábitos de cuidado personal que durarán para toda la vida.

El proceso de preparación de un niño para los lentes de contacto es similar al que se usa en adultos. Esto incluye la selección de lentes que maximicen la comodidad, salud y corrección visual, además de brindar capacitación completa al niño sobre la colocación y retiro de los lentes.

A medida que su hijo se adapte al uso de los lentes de contacto, mantener su salud ocular general tendrá una función importante. Su hijo debería ser objeto de exámenes oculares con regularidad, además de que siempre deberían informar al especialista en el cuidado de los ojos que lo atiende sobre cualquier problema con los lentes de contacto o relacionado con los ojos.

Aunque los lentes de contacto no son lo mejor para todos los niños con problemas de la visión, si su hijo parece ser un buen candidato, no debería dudar en comentar esta opción con su especialista en el cuidado de los ojos.

Referencias

- Brujic M, Miller J. How young is too young for contact lenses? Sitio web Review of Cornea & Contact Lenses. Disponible en <http://www.reviewofcontactlenses.com/content/c/20648/>. Publicado el 7 de mayo de 2010. Con acceso el 27 de julio 2010.
- Giannoni AG, Walline JJ. Achieving vision correction...and more. Sitio web Contact lens spectrum. Disponible en <http://www.clspectrum.com/article.aspx?article=103781>. Publicado en enero de 2010. Con acceso el 27 de julio 2010.
- Greenwald MJ. Refractive abnormalities in childhood. *Pediatr Clin North Am.* 2003;50(1):197-212.
- Jones LA, Walline JJ, Gaume A, et ál. Purchase of contact lenses and contact-lenses-related symptoms following the Contact Lenses in Pediatrics (CLIP) study. *Contact Lens Anterior Eye.* 2009; doi:10.1016/j.clae.2009.04.003.
- Jones-Jordan LA, Walline JJ, Mutti DO, Rah MJ, Nichols KK, Nichols JJ, Zadnik K. Gas permeable and soft contact lens wear in children. *Optom Vis Sci.* 8 de abril de 2010. [Publicación electrónica previa a la impreza]
- The Vision Care Institute (a Johnson & Johnson company). 25 de julio de 2009. "Girls' overall self worth improves with contact lens wear, study shows". Comunicado de prensa. Con acceso el 14 de abril de 2010.
- Walline JJ, Gaume A, Jones LA, et ál., para el CLIP Study Group. Benefits of contact lens wear for children and teens. *Eye & Contact Lens.* 2007;33(6): 317-321.
- Walline JJ, Jones LA, Sinnott L, et ál., para el ACHIEVE Study Group. Randomized trial of the effect of contact lens wear on the self-perception of children. *Optom Vis Sci.* 2009;86(3):222-232.
- Walline JJ, Jones LA, Sinnott L, et ál., para el ACHIEVE Study Group. A randomized trial of the effect of soft contact lenses on myopia progression in children. *Invest Ophthalmol Vis Sci.* 2008 Nov;49(11):4702-6.
- Walline JJ, Jones LA, Rah MJ, et ál., para el CLIP Study Group. Contact lenses in pediatrics (CLIP) Study: chair time and ocular health. *Optom Vis Sci.* 2007 Sep;84(9):896-902.
- Parents' Views on Kids and Vision Correction*, encuesta realizada por Fairfield Research en nombre de la revista *Good Housekeeping* y de la marca de lentes de contacto ACUVUE®.
- Hickson-Curran S, Chou P, Gardere J. "Longer Prescribed Replacement Intervals Leads to More Stretching of Frequent Replacement Contact Lenses". Presentación en póster en el Congreso de la American Academy of Optometry, noviembre de 2009.

Esta publicación se desarrolló con el apoyo de VISTAKON®, una división de Johnson & Johnson Vision Care, Inc. ACUVUE®, ACUMINDER™, and VISTAKON® son marcas registradas de Johnson & Johnson Vision Care, Inc.

Recursos

American Academy of Ophthalmology
415-561-8500
www.aao.org

American Optometric Association
1-800-365-2219
www.aoa.org

"Healthy Eyes for Peak Performance"
www.aoa.org/performance.xml

Si desea obtener más información sobre este y otros temas de la salud y el estilo de vida de las mujeres, visite www.HealthyWomen.org o llame al número gratuito 1-877-986-9472.