

MEDICINA OFTALMOLOGÍA**Los abuelos que ven bien son más felices y más autónomos**

Un estudio corrobora los beneficios de promover que los mayores cuiden su salud ocular y corrijan sus problemas de refracción, especialmente en las residencias

ALEJANDRA RODRÍGUEZ

No se trata de un descubrimiento revolucionario; pero sí de la constatación de un hecho lógico y de una llamada de atención. Un estudio publicado en los Archives of Ophthalmology corrobora la importancia de que a los ancianos se les procure la atención necesaria para corregir sus posibles trastornos de visión.

Los autores del seguimiento, pertenecientes a los Departamentos de Oftalmología y Epidemiología de la Universidad de Alabama (EEUU) acudieron a una residencia geriátrica y escogieron a 142 personas mayores de 55 años que dividieron en dos grupos. El primero recibió atención oftalmológica inmediata para corregir sus problemas de refracción u otros similares; fundamentalmente mediante gafas.



Un anciano examina un álbum de fotografías después de haberse sometido a un trasplante de córnea. / EL MUNDO

El segundo colectivo ejerció de control y tuvo que esperar alrededor de dos meses para poder gozar de las mismas atenciones que sus homólogos.

Los especialistas realizaron numerosas pruebas para verificar la evolución de la salud ocular de los participantes. Además midieron otros parámetros como la autonomía para hacer tareas cotidianas, la participación en actividades con otros compañeros, el desarrollo de hobbies, el nivel de satisfacción personal y el estado anímico.

MENOS DEPRESIÓN

Lógicamente, los ancianos que habían corregido sus alteraciones visuales mejoraron notablemente en todos los puntos relacionados con este aspecto. Sin embargo, las ventajas no quedaban ahí. Ver bien, o al menos mejor que antes ser tratado, mejoró la salud mental, el bienestar psicológico (se redujeron los sentimientos de frustración, preocupación y soledad), la ansiedad, la depresión, la interacción social (se incrementaron las amistades y la participación en actividades colectivas) y el ocio (la lectura, fundamentalmente).

Por su parte, los cuidadores se mostraron encantados con esta medida, sobre todo porque notaron un alivio significativo de su carga laboral ya que los ancianos eran capaces de hacer muchas cosas por sí mismos, tenían más autonomía y corrían menos riesgos derivados de los problemas de visión (caídas, confusión con la medicación...). «Hay una enorme diferencia entre los residentes que no ven bien y los que sí; no sólo para ellos; también para nosotros. Todos salimos beneficiados cuando el anciano goza de buena salud en general y ocular en particular», corrobora Laura Robles, cuidadora en un centro geriátrico asistido de la Comunidad de Madrid.

En opinión de los científicos, el personal que atiende a los residentes también debería tratar que los ancianos cuiden sus ojos y observar si los abuelos experimentan algún síntoma; bien preguntando directamente sobre ello o analizando su forma de desenvolverse en situaciones como el aseo personal, vestirse o comer, que se resienten si la visión no es buena. «Los ancianos no se quejan porque a veces no se ocupan personalmente de estas cosas», aclaran los autores. «Nuestros datos demuestran que hay mejoras significativas en cuanto a la calidad de vida y a la salud psicológica gracias a cuidados oftalmológicos muy básicos, como poner gafas», explican.

Por otra parte, destacan que sus hallazgos son si cabe más importantes teniendo en cuenta que la población estudiada es especialmente susceptible a los problemas emocionales.

«Los residentes están expuestos a un riesgo mucho mayor de depresión que se traduce en un incremento de la mortalidad en el año posterior a su ingreso en el centro», apuntan los científicos.

Por este motivo, y teniendo en cuenta que la depresión severa afecta al 43% de los individuos que viven en una residencia geriátrica «cualquier intervención que reduzca con éxito los síntomas depresivos en este segmento de la población debe ser valorada», reclaman.

Es más, «considerando la cobertura sanitaria de la mayoría de los países occidentales y que las medidas correctoras no tienen un precio desorbitado, la cuestión económica no debería impedir que los abuelos que estén en un geriátrico reciban atención oftalmológica», defienden.