

¿Por qué no nos lo cuentan?

Usuarios que no dicen nada acerca de las molestias que padecen



Tan sencillo como preguntar...

¿Te imaginas que la mayor contribución de los profesionales de la salud visual al éxito a largo plazo de los usuarios de lentes de contacto fuera increíblemente sencilla?

Se han hecho enormes progresos en los materiales y los parámetros de las lentes de contacto para que un grupo de personas cada vez más amplio pueda disfrutar de una visión sin gafas. Puede que este éxito radique en tan solo una pregunta:

«¿Cómo son tus lentes de contacto en términos de comodidad?»

Nuestra obligación debería ser preguntar siempre.

Hay varios mitos y concepciones erróneas acerca de los factores que pueden influir o no en las molestias provocadas por las lentes de contacto (CLD, por sus siglas en inglés). Es sabido que la córnea es extremadamente sensible y cabe esperar que sea una causa importante de CLD. Además, la sensibilidad mecánica de la región del borde del párpado (la banda estrecha de células de la parte interna del borde libre del párpado superior) es mayor que la de la conjuntiva bulbar y tarsal, lo que indica que, para algunos usuarios, las CLD pueden estar relacionadas con la interacción mecánica entre la lente de contacto y el párpado al pestañear.

FACTORES RELACIONADOS CON LAS CLD



- jóvenes
- mujeres
- toma de anticonceptivos orales
- uso habitual de equipos con pantalla de visualización
- exposición al tabaco/baja humedad
- dificultad en la expresibilidad de las glándulas de Meibomio

Las lentes de contacto blandas, que, en general, ofrecen un buen grado de comodidad, tienen un diseño en el borde que se adapta bien a la conjuntiva bulbar, presentan un buen nivel de humectabilidad y no se mueven en exceso.

Atención a los primeros días

Se estima que entre el 22 % y el 26 % de los nuevos usuarios dejan de utilizar las lentes de contacto en el primer año. ¿Hasta qué punto coinciden tus estadísticas? Hay que prestar especial atención a los nuevos usuarios, ya que casi la mitad de los que dejan de utilizar las lentes de contacto lo hacen en los dos primeros meses y, sorprendentemente, la mayoría de ellos no nos consulta la decisión. No le dicen nada a su profesional de la salud visual y llega un punto que desaparecen de la base de usuarios.

NO RELACIONADOS



- consumo de alcohol
- calefacción en espacio interior
- aire acondicionado
- atmósfera contaminada

Libertad



Nuestros usuarios eligen las lentes de contacto para poder prescindir de las gafas total o parcialmente.

Comodidad



La visión y la salud visual son importantes: la comodidad es la prioridad n.º 1 de los usuarios

CONSEJO: No dejes que la comodidad de los usuarios pase inadvertida.

Factores asociados a las lentes que influyen en las CLD



- movimiento excesivo (>0,5 mm)
- fricción
- lubricación
- diseño del borde de la lente

En ocasiones, la adaptación de lentes de contacto modernas puede considerarse un procedimiento de «adaptar y listo» debido a su sencillez, pero este hecho no debe restar importancia a nuestra pericia profesional en la evaluación continua del rendimiento clínico de las lentes de los usuarios (tanto los nuevos como los experimentados) y el registro minucioso de su opinión subjetiva. Entender la comodidad subjetiva durante los primeros días (y semanas, meses y años siguientes) puede ser muy importante, y puede haber una gran diferencia entre probarse unas lentes en el gabinete y manipularlas y llevarlas durante varias horas y varios días en la vida cotidiana. Solo por este motivo, dar a los nuevos usuarios la oportunidad de probar dos tipos de lente desde un principio, para determinar si uno de ellos proporciona más comodidad, puede ser especialmente útil (sobre todo para demostrar que hay opciones). Este proceso se puede hacer con los usuarios ya existentes para explorar mejora en la comodidad que supone una nueva lente.

«Desde el punto de vista de la comodidad, la visión y la adaptación, ambas lentes parecen adecuadas para ti. Creo que estaría bien que probaras las dos en tu día a día para que puedas decirme cuál prefieres llevar».

¡Puntúa el nivel de comodidad!

Llevar un control de la comodidad de las lentes de contacto es una medición clínica clave. Las «puntuaciones» de la comodidad de un usuario (con una clasificación del 0 al 10, donde 10 es excelente y 0 es muy deficiente) son indicadores útiles de «satisfacción del usuario» y se pueden cotejar con las normas de investigación.

PREGUNTAS CLAVE PARA EVALUAR LA COMODIDAD:

- Háblame sobre la comodidad que sientes con las lentes de contacto
- ¿Notas tus lentes de contacto?
- Del 0 al 10, ¿qué grado de comodidad sientes con las lentes de contacto?
- ¿Cómo varía la puntuación a lo largo del día de uso?
- ¿Cómo notas las lentes de contacto al final del día de uso?
- ¿Qué haría falta para que la puntuación fuera de 10/10?

Por ejemplo, cabría esperar que la comodidad al ponerse las lentes se puntuara con un 9 y que esta puntuación cayera a aproximadamente un 8 tras seis horas de llevarlas puestas. En caso de que la puntuación de la comodidad de un usuario estuviera por debajo de 10, deberíamos preguntarle al usuario qué haría falta para que calificara la comodidad con un 10.

¿Sus lentes de contacto siguen ofreciendo un buen rendimiento?

¿Cómo podemos saber el nivel de satisfacción de nuestros usuarios? ¿Hemos cumplido sus expectativas? Los miembros del personal auxiliar, especialmente el que enseña a los usuarios a ponerse y quitarse las lentes (asistentes especializados en lentes de contacto) están en condiciones de ayudar a los usuarios, ya que probablemente estos les cuenten más abiertamente cualquier problema relacionado con las CLD por el hecho de que no quieren parecer críticos con su profesional de la salud visual.

En ocasiones, los usuarios pueden mostrarse reacios a probar algo nuevo, ya que consideran erróneamente que sus lentes de contacto actuales son lo último

y las que llevarán «para siempre». Necesitamos un buen criterio profesional para ser capaces de probar distintas lentes en caso de que las lentes actuales no cumplan las expectativas, sobre todo en cuanto a comodidad. Hay que enseñar a los usuarios a apreciar la amplia gama de lentes disponibles y hay que permitirles probar una alternativa con facilidad. Los usuarios consolidados también tienen miedo de que les digan que no pueden seguir usando lentes, por lo que puede que oculten sus síntomas leves de malestar. El hecho de conocer su reticencia a comunicar esta información clave es útil para saber cuándo hay que pedirles que nos cuenten su experiencia como usuario.



¿Podemos marcar la diferencia?

En el mejor de los casos, las CLD son un inconveniente para los usuarios y, en el peor, son una amenaza para su éxito continuo. Dedicar un poco de tiempo a determinar la comodidad del usuario y probar algo nuevo cuando esté indicado puede tener un impacto que cambie la vida del usuario. La acción necesaria es fácil: ¡simplemente haz algo! Es tan fácil como hacer esta sencilla pregunta: En una escala del 0 al 10, ¿qué grado de comodidad sientes con las lentes de contacto?