

INFORMACIÓN SOBRE LA CATARATA

La **catarata** es una opacificación del cristalino, que es una estructura que se encuentra dentro del ojo y que realiza una función de lente. Su función principal es ayudar al ojo a enfocar imágenes con nitidez. A medida que la opacidad se acentúa se hace más difícil el paso de los rayos de luz y por tanto la imagen del objeto que miramos se hace más borrosa.

Los principales **factores de riesgo** para desarrollar cataratas son:

- La edad: la catarata es una consecuencia del envejecimiento natural del cristalino, por tanto este es uno de los principales factores de riesgo. Suelen comenzar a formarse hacia los 60 años.
- Algunas enfermedades generales como la diabetes u otras enfermedades metabólicas
- Exposición prolongada a radiación ultravioleta
- Tabaco
- Obesidad
- Hipertensión arterial
- Cirugías previas oculares
- Traumatismos oculares
- Uso prolongado de fármacos como corticoides

Los **síntomas** que pueden provocar las cataratas son, principalmente, una pérdida de visión progresiva e indolora, sensación de visión borrosa, turbidez, intolerancia a la luz intensa (fotofobia), visión alterada de los colores y en ocasiones se puede percibir una mejora de la visión de cerca, así como cambios en la graduación del paciente.

El **diagnóstico** se realiza en la Consulta de Oftalmología, mediante visualización directa de la catarata.

El **tratamiento** dependerá del grado de catarata que tenga el paciente. Si la visión está poco afectada y/o la catarata no es muy madura, pueden realizarse controles periódicos. En cambio, cuando la actividad diaria está limitada por la mala visión y/o la catarata es muy madura debe considerarse la cirugía, que es el único tratamiento que existe para esta patología. No hay otros tratamientos posibles (gotas, dietas, ejercicios...).

Si previamente a la cirugía existían otros problemas oculares (ojo vago, alteraciones en la retina, glaucoma, alta miopía...) la recuperación de la visión puede no ser toda la deseable.

Una vez que se decide que la cirugía está indicada, el paciente debe saber lo siguiente:

ANTES DE LA CIRUGÍA

Una vez se decida programar la cirugía, se realizará un examen completo que determinará los riesgos médicos que existen. Es necesario que se aporte la información acerca de la medicación

que toma el paciente. Además, se realizarán una serie de medidas para el cálculo de la lente intraocular que se colocará en el ojo.

EL DÍA DE LA CIRUGÍA

La cirugía suele realizarse de forma ambulatoria. El paciente debe encontrarse en ayunas y acudir acompañado. Se le pondrán una serie de gotas para dilatar la pupila (comenzando en el domicilio si el médico lo aconseja) y anestesiarse el ojo. Se le puede administrar alguna medicación sistémica para ayudarlo a relajarse. La anestesia suele ser con gotas, pero en ocasiones es necesario realizar una anestesia más profunda, mediante inyección de fármacos anestésicos en el espacio que rodea al ojo. Es extremadamente raro que se realice bajo anestesia general. Una vez comience la cirugía el paciente podrá percibir luz y movimientos, pero no tendrá que estar pendiente de abrir el ojo, pues se coloca un instrumento que ayuda a mantenerlo abierto. El paciente debe tratar de mantener la mirada fija en la luz y efectuar la menor cantidad de movimientos posible. Cuando la cirugía finaliza el ojo puede quedar destapado o puede realizarse un vendaje, según el caso. Pasará entonces al área de recuperación, donde permanecerá un tiempo tras el cual será dado de alta y le será entregado un informe con instrucciones sobre los cuidados postoperatorios.

DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

El paciente:

- Tendrá que usar gotas, generalmente desde el mismo día o el día después de la cirugía.
- Podrá usar medicación analgésica si tuviera dolor o molestias.
- No deberá frotarse el ojo ni presionarlo.
- Evitará todo tipo de actividades que supongan un esfuerzo físico, como levantar pesos, correr, hacer deportes, agachar la cabeza de forma brusca...
- Podrá realizar sus actividades diarias normales que no requieran esfuerzo. Podrá salir a caminar.
- Generalmente las gafas anteriores a la cirugía no suelen servir después, pero el oftalmólogo que le revise le informará sobre ello.
- Deberá preguntar a su médico ante cualquier síntoma o alteración que le preocupe.
- Deberá preguntar al oftalmólogo que le revise cuándo puede empezar a conducir.
- Podrá tener visión borrosa los primeros días tras la operación. La mayoría de los pacientes sometidos a cirugía de catarata mejoran su visión en un plazo de 2-4 semanas. Sin embargo, un número pequeño de pacientes pueden tener problemas. La infección, la hemorragia o el desprendimiento de la retina son algunas de las complicaciones más severas que pueden surgir. El paciente deberá acudir a un servicio de oftalmología de urgencias ante cualquiera de los siguientes síntomas tras la cirugía:
 - Dolor intenso
 - Enrojecimiento y secreciones
 - Pérdida de visión central o del campo visual periférico
 - Traumatismo sobre el ojo.