

Fundació
Bona
Llum



ftalmedi

magazín 29

Otoño-Invierno 2019

Ejemplar gratuito

Que su visión
no le impida
aprender

EN ESTE NÚMERO PODRÁ DESCUBRIR... NUESTRO INVITADO: ALEJANDRO SÁENZ DE SAN PEDRO, DIRECTOR ASIMA • ¿TIENE MI HIJO UN PROBLEMA OCULAR? • LENTILLAS PARA VISTA CANSADA • DERMATOLOGÍA: COMBATIR EL ACNÉ • PSICOLOGÍA: FACTORES PARA UNA ADECUADA CRIANZA PARENTAL • ENTREVISTA: DRA. MANUELA GARCÍA, PRESIDENTA COMIB • RESOL'VEMOS' TUS DUDAS: CIRUGÍA PLÁSTICA OCULAR • CONSEJOS: PRESUME DE SALUD VISUAL

SUMARIO

03

EDITORIAL

Nuestra pequeña lucha contra la ceguera evitable

04

NUESTRO INVITADO

Alejandro Sáenz de San Pedro

Director General de ASIMA

06

AL DÍA OFTALMOLOGÍA

¿Tiene mi hijo un problema ocular?

Lentillas para vista cansada

Cataratas: cómo acabar con ellas

¿Párpados caídos? Recupera tu mirada

17

AL DÍA LA FUNDACIÓN

Revisiones oculares en el Centre Fundació Rafa Nadal

El COMIB entrega 115 gafas a Fundació Bona Llum Oftalmedic

18

COLABORADORES

Laserclinic. Dermatología

Laserclinic. Psicología

22

COLABORADORES

Juaneda Hospitals, Óptica Alfonso, Institut Balear de Pediatria, Federópticos Novolent

28

DESDE OTRO PUNTO DE VISTA

Dr. Luis Salvà Ladaria

Director médico de Oftalmedic Salvà

Tres generaciones dedicadas a la Medicina

30

CON VISTA AL FUTURO

Corrección simultánea del astigmatismo y las cataratas

32

ENTREVISTA

Dra. Manuela García Romero

Presidenta del COMIB

34

HISTORIAS CON LUZ

“Mi experiencia repartiendo Miradas”

37

ES NOTICIA

44

RESOL'VEMOS' TUS DUDAS

Dra. Sara Tarrús Montaner

Oftalmóloga de Oftalmedic Salvà

46

CONSEJOS:

PRESUME DE SALUD VISUAL

Consejo de redacción

Directora: Inés Barrado Conde

Colaboradores: Federópticos Novolent. Institut Balear de Pediatria. Juaneda Hospitals. Laserclinic. Óptica Alfonso.

Maquetación: Jaume Bennàssar Orell. **Impresión:** Gráficas Loyse

Depósito legal: PM-1535-2009

Edición: Fundació Bona Llum Oftalmedic

NÚMERO 29

Nuestra pequeña lucha contra la ceguera evitable

Cada cinco segundos una persona se queda ciega en el mundo. Cada minuto, un niño se queda ciego. Y se calcula que, cada año, se quedan ciegas más de siete millones de personas.

De acuerdo a los últimos datos arrojados por la OMS, 2.200 millones de personas en el mundo sufren alguna deficiencia visual. Sin embargo, más de 1.000 millones de estos casos se podrían haber evitado con una adecuada prevención. Hablamos de la ceguera evitable, que es aquella que se podía haber prevenido con un diagnóstico y/o un tratamiento tempranos.

Cada año, el segundo jueves de octubre se conmemora el Día Mundial de la Visión. Esta cita es muy importante para nosotros, porque nos brinda la oportunidad de centrar la atención social en la ceguera y la discapacidad visual y de concienciar a todas las personas de la importancia de la prevención en lo que respecta a la salud ocular.

El papel que juega la adecuada prevención en este sentido es tan importante que, a veces, una sencilla revisión oftalmológica puede ser la clave para evitar un caso de ceguera o impedir el desarrollo de complicaciones que pueden llegar a ser irreversibles.

Es cierto que, poco a poco el grado de sensibilización social con respecto a la importancia de las revisiones oculares está aumentando, y cada vez es más frecuente que estén en los calendarios de las familias.

Pero, lamentablemente, con frecuencia las causas de la ceguera evitable están relacionadas con la pobreza y la falta de acceso a servicios de atención oftalmológica de calidad: no todo el mundo tiene la posibilidad de acudir al oftalmólogo y revisar el estado de su visión. De hecho, se estima que el 90% de las personas ciegas del mundo vive en los países en desarrollo y que las personas que viven en estas zonas tienen entre cinco y diez probabilidades más de quedarse ciegas que las que viven en países muy industrializados.

Desde nuestra fundación intentamos aportar nuestro granito de arena trabajando en favor de la salud visual de los más desfavorecidos, por un lado a nivel local -no hace falta que nos vayamos muy lejos para encontrar colectivos que, por su situación, no tienen la oportunidad de acceder a una atención médica-, pero también en el ámbito internacional -en países como Etiopía, Mauritania, Guatemala, Bolivia o Perú-, siempre desde nuestras posibilidades y con mucha humildad. Sabemos que no podemos solucionar el problema de la ceguera evitable de raíz, pero sí podemos contribuir en cierto modo a reducirlo, aportando lo que mejor sabemos hacer nosotros, que es el cuidado integral de la salud ocular.



Lo que hacemos en estos lugares, gracias a la ayuda de todos los colaboradores y voluntarios que contribuyen desinteresadamente, es repartir 'Miradas' entre personas que realmente las necesitan. Gracias a la infraestructura del grupo Oftalmedic Salvà, esta Fundación se encarga de cuidar la salud visual de colectivos desfavorecidos a través de programas de revisiones oculares y de campañas quirúrgicas.

Desde Bona Llum creemos firmemente que la falta de recursos económicos o la ausencia de una cobertura médica no tendrían que condicionar la manera de VER la vida de las personas. Ni en Mallorca ni en ninguna otra parte del mundo.

Como sabemos que la prevención es la clave cuando hablamos de cuidar la salud de nuestros ojos, este es uno de nuestros objetivos prioritarios: llegar antes de que el problema visual exista y, si ya existe, ponerle solución, independientemente de la situación social o económica que esté viviendo cada persona, o del país en el que haya nacido.

Elena Palomeque Castaño

Presidenta Fundació Bona Llum Oftalmedic

NUESTRO INVITADO

ALEJANDRO SÁENZ DE SAN PEDRO

DIRECTOR GENERAL DE ASIMA

“Somos una economía de servicios y los polígonos responden a esta realidad”

La Asociación de Industriales de Mallorca (ASIMA) nació por la necesidad de dar con una solución a una serie de problemas que afectaban a los empresarios ubicados en el casco urbano de Palma, a principios de los años sesenta. En ese momento, las industrias estaban en el centro de la ciudad, lo que conllevaba ruido, polución y molestias e impedía que estas pudieran ampliarse.

Desde entonces ya han pasado 55 años en los que los Polígonos de Son Castelló y Can Valero acumulan más de 1.400 empresas y 20.000 trabajadores que crean bienestar social y empleo, impulsando proyectos para la sociedad.

Desde ASIMA, la prioridad siempre ha sido velar por esta “ciudad” de servicios que en la actualidad representa un 20% del PIB Balear.

¿Su razón de ser? Velar por los intereses de sus asociados y desarrollar e impulsar proyectos e iniciativas que coloquen a esta organización y a sus empresas a la cabeza de la economía balear.

La Asociación de Industriales de Mallorca ha crecido de forma paralela a la evolución del desarrollo económico de Baleares. La asociación ha favorecido que las empresas tengan un espacio físico adecuado para su crecimiento, ha permitido que Mallorca cuente con un tejido empresarial adecuado para las necesidades de crecimiento del siglo XXI y ha sido el agente necesario para analizar nuestra evolución económica durante los años setenta a través de la única publicación de análisis económico que había: la Revista Economía Balear (www.economiabalear.es).

En los años del boom económico han proliferado polígonos en cada municipio de España, y Baleares no es una excepción.

Los polígonos empresariales deberían ser esas infraestructuras

estratégicas que nos ayudan a crecer sosteniblemente y al mismo tiempo dar soporte al sector que hoy por hoy nos da de comer: el Turismo.

Somos una economía de servicios y los polígonos responden a esta realidad. La industria tradicional ha de tener cabida en nuestro desarrollo económico, y hemos de trabajar para que esta industria se desarrolle correctamente y quepa en estas zonas industriales.

Compromiso social

A la Asociación no solo le compete el ámbito empresarial y económico, también tiene como prioridad proyectos sociales y solidarios. Entre ellos se encuentran la Escoleta ASIMA, un centro educativo para niños de entre 0 y 3 años que permite conciliar la vida laboral y familiar y los Huertos ASIMA, donde cada asociado puede disfrutar de una parcela de tierra donde poder cultivar. También se ha recuperado el espacio del Antiguo Parque de Bomberos ASIMA, un espacio sociocultural en el que tienen cabida exposiciones culturales, actividades de carácter social, aulas de formación, hasta incluso un centro de Formación Profesional, denominado HOTECMA, la Escuela Superior de Técnicos de Mantenimiento de Instalaciones Hoteleras.

Cabe remarcar que la formación es un tema clave para ASIMA, así como la Formación Dual especializada a través de HOTECMA.

Estamos en el primer programa y queremos presentarnos este año al segundo programa para dar continuidad y crecer como escuela para poder dar una respuesta adecuada a las necesidades formativas de las empresas y mejorar la competitividad.

Por otra parte, hace casi diez años se puso en marcha la Fundación ASIMA para canalizar todas las acciones sociales, como las campañas solidarias de recogida de alimentos, juguetes y ropa que cada año van teniendo más aceptación. En dichas campañas se implican los empresarios, trabajadores y proveedores de los asociados.

A través de la Fundación ASIMA hacemos un especial hincapié en la responsabilidad social de las empresas. Queremos que la fundación sea un paraguas para que las empresas asociadas puedan adherirse a nuestras campañas, políticas sociales e iniciativas de responsabilidad social.



Por otro lado, la Fundación ASIMA puso en marcha hace unos años unos huertos sociales urbanos que se han preparado para ofrecer a los asociados y entidades sociales que lo soliciten. A través de esta opción, se ofrece disponer gratuitamente de una parcela dotada de agua y electricidad para que estos cultiven sus verduras y hortalizas. Con este proyecto deseamos fomentar la práctica de la agricultura ecológica basada en criterios de sostenibilidad y contribuir a la mejora del paisaje urbano industrial, así como implicar a entidades sociales y favorecer las relaciones entre trabajadores y empresarios de los polígonos de Son Castelló y Can Valero.

Cabe destacar, también, que la Asociación de Industriales de Mallorca es también Oficina de Transformación Digital, reconocimiento otorgado el pasado año en la convocatoria del programa de Red.es Oficinas de Transformación Digital (OTDs) dependiente

de la Secretaría de Estado de Avance Digital del Ministerio de Economía y Empresa. En este espacio, estamos ayudando a las pymes y a los autónomos en Baleares para adaptarse a los cambios tecnológicos realizando jornadas y talleres, contando con ponentes especializados en el campo de la transformación digital.

Si por algo se caracteriza ASIMA es por ser una asociación que piensa en positivo, con un espíritu proactivo y que se preocupa por poner en valor la figura del empresario.

Tenemos claro que en el corazón de cada empresa hay alguien al frente que tiene un sueño, que arriesga invirtiendo todo lo que tiene y que se preocupa no sólo por su familia, sino también por las de sus trabajadores, máxima que se encuentra en el espíritu fundacional de ASIMA desde su nacimiento el 16 de julio de 1964.

AL DÍA OFTALMOLOGÍA

¿Tiene mi hijo un problema ocular?

LOS ESPECIALISTAS EN OFTALMOLOGÍA PEDIÁTRICA DE OFTALMEDIC SALVÀ REVELAN LAS SEÑALES A LAS QUE DEBEMOS ESTAR ATENTOS

Durante los primeros años de vida, el sistema visual está en continuo desarrollo hasta los 7-8 años. A esta edad, la agudeza visual, la visión binocular, el campo visual y la visión cromática ya han alcanzado el cien por cien.

Por esta razón, es de vital importancia velar por un correcto desarrollo visual en esta etapa y detectar precozmente cualquier anomalía que pudiera agravarse con el tiempo, e incluso, ser irreversible.

Descubrir a tiempo los problemas oculares en la infancia es clave para gozar de una buena salud visual en el futuro

De hecho, los problemas oculares en la infancia pueden condicionar la visión para toda la vida. De acuerdo al equipo de Oftalmología Pediátrica de Oftalmedic Salvà, descubrirlos a tiempo es clave para gozar de una buena salud visual en el futuro.

Oftalmología Pediátrica

La Oftalmología Pediátrica se ocupa de atender la salud ocular en la infancia y adolescencia mediante el diagnóstico, tratamiento y seguimiento de aquellas patologías más comunes en esos grupos de edad.

Hay que tener en cuenta que la mayoría de los niños no se quejan cuando presentan cualquier alteración en su visión, de modo que, para evitar que estas anomalías queden silenciadas, los padres deben ser conscientes de la necesidad de respetar el calendario de revisiones oftalmológicas en la edad pediátrica, a pesar de que no se haya advertido ninguna deficiencia visual en el niño.



¿Sabías que...?

Diversos estudios comparten que el 30% del fracaso escolar en niños viene asociado a problemas visuales sin diagnosticar.

CALENDARIO DE REVISIONES OFTALMOLÓGICAS EN LA EDAD PEDIÁTRICA

- ✓ **En el primer mes de vida.**
Para descartar problemas oculares severos y enfermedades congénitas.
- ✓ **A los 6-7 meses,**
Para diagnosticar el estrabismo.
- ✓ **A los 18 meses,**
Para descartar miopía, hipermetropía, astigmatismo y patologías tumorales.
- ✓ **A partir de los 3 años,**
Las revisiones deben ser anuales y tienen como objetivo controlar la agudeza visual y detectar los defectos refractivos o afecciones como el ojo vago o el daltonismo.



La mayoría de los niños no se quejan cuando presentan cualquier alteración en su visión

Señales de un correcto desarrollo visual

En condiciones normales los infantes muestran las siguientes características:

Bebés menores de 1 mes: reaccionan a los focos de luz cerrando los ojos.

Bebés de 1-2 meses: siguen tu mano si la mueves despacio.

Bebés de 2-4 meses: empiezan a seguir los objetos en movimiento y a jugar con sus manos (desarrollan la coordinación ojo-mano).

Bebés de 5-6 meses: se dirigen a los objetos con precisión y los cogen (comienza a desarrollarse la visión binocular y cromática).

En niños mayores de 5 años: para saber si un niño de más

AL DÍA OFTALMOLOGÍA

EQUIPO OFTALMEDIC SALVÀ

Para prevenir las deficiencias oculares de los niños, Oftalmedic Salvà cuenta con un equipo de Oftalmología Pediátrica, formado por el Dr. F. Javier Montañez y la Dra. Begoña Andérriz, que combina su amplia experiencia en la asistencia a menores con una puntera dotación tecnológica. Además, Clínica Salvà tiene un área especialmente diseñada para niños, con una sala de espera con juegos para que los pequeños puedan sentirse cómodos antes de entrar en la consulta.

de 5 años está desarrollando adecuadamente su salud visual, podemos hacernos las siguientes preguntas:

- ¿Se acerca o aleja demasiado cuando lee?
- ¿Se frota mucho los ojos?
- ¿Inclina la cabeza o usa el dedo para leer?
- ¿Frunce el ceño cuando fija la vista en un objeto distante?
- ¿Sufre enrojecimiento ocular, lagrimeo o dolor de cabeza recurrente?
- ¿Le molesta demasiado el sol?
- ¿Tropieza frecuentemente en ambientes con baja iluminación?

Si la respuesta a la mayoría de estas preguntas es sí, tu hijo podría sufrir un problema ocular. En ese caso, es muy importante acudir a un especialista en Oftalmología Pediátrica que detecte el problema y le ponga solución en la mayor brevedad posible, antes de que constituya un menoscabo irreversible en su desarrollo personal y/o académico.

Más información:

CLÍNICA SALVÀ

Camí de Son Rapinya, 1

971 730 055

www.clinicasalva.es

Problemas oculares más frecuentes en niños

Los trastornos visuales más comunes entre los niños son:

- **Miopía:** Impide ver correctamente los objetos lejanos.
- **Hipermetropía:** Provoca una incorrecta visión de cerca.
- **Astigmatismo:** El niño ve los objetos deformados, tanto de cerca como de lejos. Se asocia tanto a la miopía como a la hipermetropía.
- **Estrabismo:** Desviación de uno o ambos ojos en alguna de las posiciones de la mirada. Antes de los 6 meses son habituales pequeñas desviaciones intermitentes, pero si estas son permanentes o si ya se ha superado esa edad, es importante visitar al oftalmólogo para su corrección.
- **Ambliopía u ojo vago:** El ojo vago es aquel que no se ha desarrollado normalmente durante la infancia y tiene menos visión que el otro.
Es difícil de detectar, y si no se trata antes de los 8 años puede generar un defecto visual irreversible.

AL DÍA OFTALMOLOGÍA

Does my child have an ocular problem?

SPECIALISTS IN PEDIATRIC OPHTHALMOLOGY AT OFTALMEDIC SALVÀ REVEAL WHAT SIGNS SHOULD WE PAY ATTENTION TO

During the first years of life, the visual system develops continuously until 7-8 years of age, when visual acuity, binocular vision, visual field and colour vision have already reached one hundred percent.

For this reason, it is important to ensure a correct visual development at this stage and to detect any anomaly that could worsen over time, and even become irreversible.

In fact, eye problems in childhood can affect vision for a lifetime. According to the Pediatric Ophthalmology team at Oftalmedic Salvà, discovering them in time is the way to enjoy good visual health in the future.

Discovering eye problems in time is the way to enjoy good visual health in the future

Pediatric Ophthalmology

Pediatric Ophthalmology attends eye health in childhood and adolescence through the diagnosis, treatment and monitoring of the most common pathologies in these age groups.

We must consider that most children do not complain when they have any disturbance in their vision, so that, in order to prevent these anomalies from being silenced, parents should be aware of the need to respect the schedule of ophthalmological examinations in pediatric age, although no visual impairment have been noticed in the child.

DID YOU KNOW

Several studies have demonstrated that 30% of school failures are related to undiagnosed visual problems.

Eye checkup schedule in pediatric age

1st month of life, Discard severe ocular problems and congenital diseases.

At 6-7 months, It is the diagnosis stage of strabismus.

At 18 months, Discard myopia, farsightedness, astigmatism and tumoral pathologies.

Children from 3 years old, Eye exams should be annual to control their visual acuity and detect refractive defects or conditions such as lazy eye or color blindness.

Signs of a correct visual development

Under normal conditions infants show the following characteristics:

Babies under 1 month: they react to light sources by closing their eyes.

1-2 month babies: they follow your hand if you move it slowly.

Babies 2-4 months: they start to follow moving objects and start playing with their hands (they develop eye-hand coordination).

Babies of 5-6 months: they target objects accurately and pick them up (binocular and chromatic vision begins to develop).

In children older than 5 years: to know if a child over 5 years old is developing their visual health properly, we can ask ourselves the following questions:

- Does he get too close or far when he reads?
- Does he rub his eyes a lot?
- Does he bow his head or use his finger to read?





Most children do not complain when they have any vision impairment

- Does he frown when he stares at a distant object?
- Does he suffer eye redness, tearing or recurring headache?
- Does the sun bother him too much?

Frequent eye problems in children

The most common visual disorders among children are:

- **Myopia:** Distant objects aren't viewed properly.
- **Farsightedness:** It causes an inaccurate near vision.
- **Astigmatism:** The child sees misshapen objects, both near and far. It is associated both with myopia and farsightedness.
- **Strabismus:** It is the deviation of one or both eyes in some positions of the gaze. Intermittent deviations are common before 6 months of age, but if these are permanent or if that age has already been exceeded, it is important to visit the ophthalmologist for diagnosis and correction.
- **Amblyopia or lazy eye:** A lazy eye is one that has not developed normally during childhood and consequently has less vision than the other eye. It is difficult to detect, and if it is not treated before the age of 8, it can generate an irreversible visual defect.

- Does he frequently stumble in low-light environments?

If the answer to most of these questions is yes, your child may have an eye problem. In that case, it is very important to see a specialist in Pediatric Ophthalmology to detect the problem and solve it as soon as possible, before it constitutes an irreversible impairment in his personal and/or academic development.

More information:

CLÍNICA SALVÀ

Camí de Son Rapinya, 1

971 730 055

www.clinicasalva.es

OFTALMEDIC SALVÀ'S TEAM

To prevent children's ocular deficiencies, Oftalmedic Salvà has a Pediatric Ophthalmology team, composed of Dr. F. Javier Montáñez and Dr. Begoña Andérez, which combines their broad experience in assisting children with the use of leading technology. Moreover, Clínica Salvà's has an environment designed especially for children, with a waiting room with games so they can feel comfortable before entering the doctor's consulting room.

AL DÍA OFTALMOLOGÍA

Lentillas para vista cansada

EL EQUIPO DE OPTOMETRÍA OFTALMOLÓGICA DE OFTALMEDIC SALVÀ RECUERDA: EXISTEN OPCIONES MÁS ALLÁ DE LAS GAFAS PROGRESIVAS PARA COMBATIR LA PRESBICIA

La vista cansada surge a partir de los 40-45 años a causa del envejecimiento de las estructuras que controlan el mecanismo de acomodación (el enfoque) de nuestros ojos. Concretamente, el cristalino va perdiendo su elasticidad, se vuelve más rígido, y los músculos y ligamentos que lo controlan se debilitan.

Esta afección, que prácticamente todos vamos a acabar desarrollando, se manifiesta generalmente a través de la dificultad para realizar tareas que requieren la focalización en elementos cercanos, como leer, mirar el móvil, coser, etc., problema que intentamos compensar alejando dichos elementos con tal de poder enfocarlos mejor.

Para compensar esta pérdida de la capacidad de enfoque propia del paso de los años se puede recurrir a unas gafas progresivas, que permiten ver correctamente tanto a distancias lejanas como a distancias medias y cercanas, debido a que incluyen varias graduaciones en un mismo ojo.

Pero existe otra opción mucho menos conocida: las lentillas multifocales, las cuales cumplen la misma función de las gafas progresivas, con las ventajas de las lentes de contacto.

Las lentillas multifocales

Las lentillas multifocales, pese a los avances que han surgido en los últimos años, todavía son un gran desconocido para la población general. Estas incluyen varias graduaciones en una misma lente, de manera que permiten la visión a cortas, intermedias y largas distancias. Además, no solo mejoran la calidad de la vista

Prácticamente todos
acabaremos
desarrollando vista
cansada

Las lentillas
multifocales incluyen
varias graduaciones
en una misma lente,
de manera que
permiten la visión a
cortas, intermedias y
largas distancias

en estos tres puntos focales, sino que también mejoran la transición entre uno y otro, constituyendo una opción idónea para los pacientes con presbicia.

Como ocurre con el resto de lentes de contacto, encontramos diferentes tipos de lentillas progresivas en función de su duración de uso (diarias, semanales, mensuales e incluso anuales), aunque las más habituales son de duración mensual.

Ventajas de las lentillas para presbicia

Muchas personas escogen esta opción por motivos estéticos, pero también por motivos prácticos, de acuerdo a los especialistas en Optometría Oftalmológica de Oftalmedic Salvà. En el caso de los deportistas, por ejemplo, las gafas pueden constituir todo un inconveniente.





AL DÍA OFTALMOLOGÍA

Para aquellas personas que no deseen hacer uso de lentillas ni de gafas, es decir, que quieran eliminar la dependencia a una corrección óptica externa, existe otra alternativa: la solución quirúrgica, que puede consistir en la aplicación de la técnica láser o en la implantación de una lente intraocular multifocal.

La alternativa Premium

En Oftalmedic Salvà ponen a disposición de sus pacientes una opción Premium para la corrección 100% láser de la presbicia, que es la técnica PresbyFemtoLasik.

Esta técnica consiste en moldear la córnea para compensar la pérdida de nitidez en la visión de cerca y/o en la visión intermedia y recuperar la capacidad de enfoque del ojo.

Además, ofrece la posibilidad de corregir en el mismo procedimiento quirúrgico otro defecto de graduación como la miopía, hipermetropía o astigmatismo. De este modo, elimina por completo la necesidad de utilizar gafas o lentillas.

Por otro lado, la conexión automática de los aparatos de diagnóstico, que toman la información directamente del ojo del paciente, con el sistema láser permite personalizar las intervenciones de vista cansada en función de las características individuales y únicas de cada persona.

Por otro lado, además de permitir ver a todas las distancias, las lentillas multifocales ofrecen la posibilidad de corregir al mismo tiempo otros defectos refractivos (miopía, hipermetropía y/o astigmatismo).

Aunque también tienen una serie de inconvenientes, comunes al resto de lentes de contacto, y es que requieren de ciertos cuidados y medidas higiénicas, solo se pueden llevar un número de limitado de horas, pueden producir molestias como sequedad ocular u ojo rojo, pueden empañarse o perderse, etc.

Sin embargo, para personas que ya han desarrollado vista cansada, las lentillas multifocales son una opción a tener en cuenta, siempre bajo la prescripción de un especialista en el cuidado de la visión.

En el caso de los deportistas, por ejemplo, las gafas pueden constituir todo un inconveniente

Cuando el oftalmólogo determina que el paciente no es un candidato apto para la opción láser por las características anatómicas de su ojo (escaso espesor de córnea, alta graduación, etc.), existe otra opción Premium, que es la cirugía de presbicia con lente intraocular (LIO) multifocal.

Este tratamiento para la presbicia también permite eliminar defectos asociados como la miopía, hipermetropía y astigmatismo, y, además, evita el riesgo de aparición de cataratas, puesto que esta cirugía mínimamente invasiva consiste en extraer el cristalino e implantar en su lugar una lente intraocular graduada que nos permita volver a ver correctamente.

Más información:

CLÍNICA SALVÀ

Camí de Son Rapinya, 1

971 730 055

www.clinicasalva.es

AL DÍA OFTALMOLOGÍA

La prestigiosa oftalmóloga Margarita González Barbosa se suma al equipo de Oftalmedic Salvà, en Clínica Salvà

LA DOCTORA GONZÁLEZ, QUE HA TRASLADADO SU CONSULTA DE PALMA A LA CLÍNICA SALVÀ, NOS HABLA DE LAS CATARATAS Y DE CÓMO ACABAR CON ELLAS DE FORMA DEFINITIVA

La doctora Margarita González Barbosa, reputada oftalmóloga con reconocida trayectoria en el ámbito balear, ha trasladado su consulta de Palma a las instalaciones de la Clínica Salvà, sumándose al equipo médico de Oftalmedic Salvà.

La Dra. González es licenciada en Medicina y Cirugía por la Universitat de Barcelona y especialista en Oftalmología por el Hospital Clínic de Barcelona. Con más de 35 años de experiencia a sus espaldas, ha venido desarrollando su actividad profesional especialmente en el Tratamiento de Cataratas, habiendo realizado más de 10.000 intervenciones a lo largo de su dilatada trayectoria.

P. ¿Qué son las cataratas?

R. Las cataratas surgen cuando nuestro cristalino (la lente natural del ojo) se vuelve opaco como consecuencia del paso de los años. Esta pérdida de transparencia del cristalino no permite que la luz entre en el ojo de la forma adecuada, impidiendo una visión nítida. Constituyen la primera causa de ceguera evitable, y cada año se diagnostican 350 mil nuevos casos alrededor del mundo.

P. ¿Qué factores pueden propiciar su desarrollo?

R. Este proceso está directamente asociado al envejecimiento natural de las estructuras de nuestros ojos, concretamente, del cristalino. Por este motivo, suele aparecer con el avance de la edad, a partir de los 50 años.

De hecho, en la actualidad se estima que hasta el 50% de los mayores de 65 años tiene cierto grado de catarata, y hasta un 70% de los mayores de 75 años.

Además, durante la última edición del Congreso Panamericano de Oftalmología, los expertos han apuntado a la exposición solar como uno de los factores principales para la aparición de cataratas

-la elevada exposición a la luz ultravioleta puede asociarse a varios problemas visuales-.

Otras causas que pueden propiciar la aparición de esta enfermedad ocular son:

- La toma de medicamentos esteroideos.
- Los traumatismos en cabeza, cara y ojos.
- La diabetes, cuando no se controla adecuadamente,

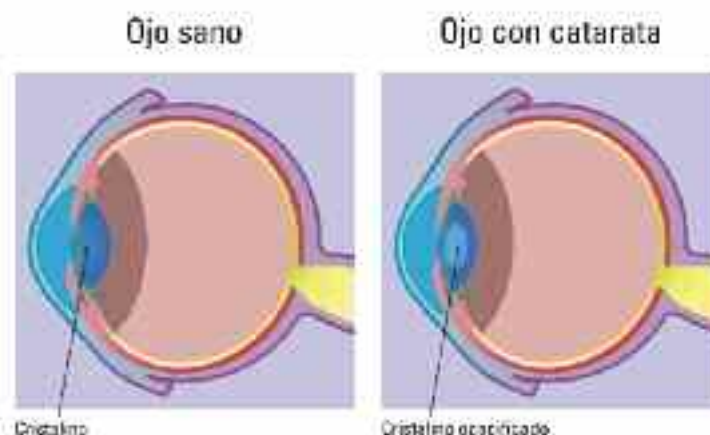
hace que las cataratas surjan en personas cada vez más jóvenes debido al descontrol metabólico.

P. ¿Cuáles son los síntomas que nos avisan del desarrollo de una catarata?

R. Las cataratas se manifiestan con los siguientes síntomas, aunque no siempre son fáciles de detectar para el paciente:

- Visión borrosa.
- Dificultad para ver de noche.
- Fotosensibilidad.
- Halos alrededor de los focos de luz.
- Dificultad para distinguir las tonalidades de color.

Uno de los primeros signos que sí perciben los pacientes cuando empiezan a desarrollar cataratas



“Para detectar esta patología de forma temprana es recomendable revisar la vista anualmente, a partir de los 50 años de edad”



AL DÍA OFTALMOLOGÍA

nas medidas para retrasar su desarrollo:

- Proteger los ojos con gafas de sol, especialmente en las épocas de mayor incidencia de rayos solares como la primavera y el verano.
- En caso de padecer diabetes, mantener un control adecuado de la enfermedad.

P. ¿Existe una solución definitiva a las cataratas? ¿En qué consiste?

R. Sí, existe solución definitiva a las cataratas. Tan solo es necesario sustituir el cristalino que se ha vuelto opaco por otra lente transparente, en este caso artificial, que nos devuelva la correcta visión. En Oftalmedic Salvà contamos con la tecnología más puntera para el tratamiento de cataratas: el Láser de Femtosegundo LENSAR, que permite acabar con ellas en un sencillo procedimiento 100% láser, rápido e indoloro. El Láser de Femtosegundo es capaz de corregir esta afección de forma segura y mínimamente invasiva. ¿Cómo? En primer lugar, el láser escanea las superficies del ojo

“Existe solución definitiva a las cataratas”

y crea una reconstrucción en 3D, ofreciendo grandes garantías a paciente y cirujano. A partir

de esta reconstrucción y en menos de un minuto el láser fragmenta de forma indolora el cristalino, el cual ya se puede retirar y sustituir por la lente artificial.

A través de este innovador procedimiento, ofrecido por Oftalmedic Salvà de forma exclusiva en las Islas Baleares, se elimina definitivamente la catarata y se obtienen unos resultados excelentes, previsibles y reproducibles, suprimiendo además los posibles riesgos derivados del factor humano.

Dra. Margarita González Barbosa,
especialista en Tratamiento de Cataratas.

Más información:

CLÍNICA SALVÀ

Camí de Son Rapinya, 1

971 730 055

www.clinicasalva.es

La Dra. Margarita González Barbosa, con más de 35 años de experiencia en Tratamiento de Cataratas, traslada su consulta a la Clínica Salvà

es que su visión no mejora con unas gafas, a pesar de que estén correctamente graduadas.

Si se detecta alguno de los síntomas mencionados es importante acudir al oftalmólogo para someterse a una exploración completa que confirme el diagnóstico. En cualquier caso, con tal de detectar esta patología de forma temprana, es recomendable revisar la vista al menos una vez al año a partir de los 50 años de edad.

P. ¿Podría aportar algún consejo para evitar o retrasar la aparición de este problema ocular?

R. Aunque las cataratas acaban apareciendo prácticamente siempre y, por lo general, no se pueden evitar, se pueden tomar algu-

AL DÍA OFTALMOLOGÍA

¿Párpados caídos? Recupera tu mirada

DESDE OFTALMEDIC SALVÀ EXPLICAN LOS EFECTOS DE ESTA ALTERACIÓN DE LOS PÁRPADOS Y CÓMO PONERLE SOLUCIÓN

La ptosis palpebral, más conocida como “párpado caído”, consiste en la caída excesiva del párpado superior de manera que cubre parcial o totalmente el ojo, y puede ir también acompañado de un exceso de piel.

Esta alteración de su posición normal provoca un visible efecto de cansancio o sueño, a veces muy pronunciado, pero al contrario de lo que muchas personas piensan, sus consecuencias no son únicamente estéticas: también puede afectar al campo visual, llegando a interferir seriamente en la visión del paciente.

En estos casos, de acuerdo a los especialistas en Oculoplastia de Oftalmedic Salvà, es recomendable acudir a un oftalmólogo que determine la necesidad de corregir el párpado con tal de que la función visual no quede comprometida.

Síntomas

Los síntomas de la ptosis palpebral son tanto estéticos como funcionales:

- El párpado superior cae y cubre parcial o totalmente el ojo.
- Se reduce el campo visual.
- En casos pronunciados, para poder ver correctamente puede ser necesario inclinar la cabeza o, incluso, levantar el párpado con el dedo.

Causas

Generalmente el envejecimiento es el principal factor desencadenante de la caída de los párpados, pero la causa dependerá del tipo de ptosis que se presente:

El oftalmólogo determinará la necesidad de corregir el párpado con tal de que la función visual no quede comprometida



La ptosis palpebral en niños

Cuando la ptosis palpebral se desarrolla antes de los 8 años, se habla de ptosis infantil. Al margen de cuestiones estéticas, en el caso de los más pequeños es especialmente importante corregir de forma precoz esta afección. Hay que tener en cuenta que los ojos afectados dejan de percibir en su totalidad los estímulos visuales necesarios para su correcto desarrollo, pudiendo generar -si no se soluciona- problemas graves como ojo vago o estrabismo. Por ello, en todos los casos de ptosis infantil es obligatorio realizar un estudio detallado de la función visual y del estado del ojo del niño.



AL DÍA OFTALMOLOGÍA

- Debilidad del músculo elevador del párpado.
- Daño en los nervios que controlan el músculo que eleva el párpado.
- Flacidez de la piel de los párpados superiores debida al envejecimiento.
- Causas congénitas.
- El resultado de una lesión o enfermedad.

Ante la presencia de esta multitud de posibles causas es importante siempre realizar una valoración oftalmológica completa para un diagnóstico certero en caso de sufrir párpados caídos.

Generalmente, el envejecimiento es la principal causa de los párpados caídos

Esta alteración puede afectar seriamente al campo visual e incluso se asocia a problemas cervicales a largo plazo, por lo tanto, el tratamiento se debe aplicar tan pronto se detecte el problema.

Tratamiento

La cirugía oculoplástica de la ptosis es el procedimiento más utilizado para resolver esta malposición del párpado, y consiste en la elevación del párpado superior a su posición normal. El oftalmólogo especializado en cirugía plástica ocular tiene como objetivo tensionar el músculo de elevación

del párpado superior, que se encuentra caído, para conseguir la simetría de ambos párpados.

En función de las causas que originan la ptosis se pueden utilizar diferentes técnicas, mínimamente invasivas y sin incisiones visibles. Este tipo de cirugía puede complementarse con otros tratamientos de plástica ocular como la blefaroplastia, en la que se elimina el exceso de piel del párpado superior.

- La ptosis aponeurótica es la más frecuente, y se debe al envejecimiento de las estructuras palpebrales.
- La ptosis mecánica surge a consecuencia de un quiste o tumor que provoca la caída mecánica del párpado superior.
- La ptosis miogénica se debe a una disfunción del músculo elevador, el cual no logra mantener el párpado superior en su correcta posición -bien por una desinserción de su punto de anclaje o porque existe una patología muscular adquirida que dificulta su funcionalidad-.
- La ptosis neurológica tiene su origen en la carencia de estímulo nervioso en el músculo que eleva el párpado.
- La ptosis congénita está presente desde el nacimiento y se debe a un incorrecto desarrollo durante la etapa embrionaria.

Por tanto, la caída del párpado casi siempre se debe a:

Más información:

CLÍNICA SALVÀ

Camí de Son Rapinya, 1

971 730 055

www.clinicasalva.es

EL TEU CENTRE MÈDIC
A MANACOR

LASER CLINIC

ESPECIALITATS

CARDIOLOGIA

Dr. Bernardo Garcia de la Villa
Dr. Onofre Caldés

CIRURGIA

Dr. Carlos Ruiz Lozano

CIRURGIA

ORTOPÈDICA I TRAUMATOLOGIA

Dr. Werner Brill Kremer
Dr. Antonio Corral Munar
Dr. Carles Diago Guiral
Dra. Ma Cinta Escuder Capafons
Dr. Isldre Marlóm Juan
Dr. Guillermo Mateos Jiménez
Dr. Miquel Rius Dalmau
Dr. Ignacio De Miguel Herrero

CLINICA DEL DOLOR

Dr. Marcello Meli

DERMATOLOGIA

Dr. Joan Garcías Ladarla
Dr. Antoni Nadal Nadal

DIETÈTICA I NUTRICIÓ

Estrella Alba
Gemma Bes

ENDOCRINOLOGIA

Dr. Pedro Flaquer Riutort

FISIOTERÀPIA - REHABILITACIÓ

Rafael Alzamora Ferriol
Neus Bonet Estrany
Marga Martí Perelló
Maria Mesquida Gomila

MEDICINA ESTÈTICA

Dra. Maria Àngeles Arenas

MEDICINA GENERAL, URGÈNCIES MÈDIQUES,

URGÈNCIES LABORALS

Dr. Antoni Esteve Esteve
Dilluns - divendres de 9 a 20 h.

MEDICINA INTERNA

Dr. Jordi de Otero Blasco

OFTALMOLOGIA

Dr. Luis Salvà Ladarla
Dr. Manuel de Timoteo Barranco
Dr. Jorge García García
Dr. Scott García Pacheco
Dr. Antonio Amer Rubí
Dr. Luis A. García Padilla

OTORRINOLARINGOLOGIA

Dr. Javier García Rodríguez

PEDIATRIA

Dra. Dolors Juan Jaume

PODOLOGIA

Podòactiva

PREPARACIÓ AL PART

Anabel Mesas Laserna

PSICOLOGIA

Antonia Mir Cirer
Lidia Sánchez Prieto
Patricia Teruel García

RADIOLOGIA

Dr. José Ramón García Abril (Radiòleg)
Antonio Ramis Lluch (Tècnic-infermer)
Dr. José María Susacasa Candreva

RECONeixEMENTS MÈDICS

(Renovació permís de conduir)
Dr. Antoni Esteve Esteve
Dilluns - divendres de 9 a 18 h.

UROLOGIA

Dr. Francisco Tellois Chulvi
Dr. Antoni Vicens Vicens

DEMANA UNA CITA AL
971 844 844

Revisiones oculares en el Centre Fundació Rafa Nadal

Un año más, un equipo de voluntarios de Fundació Bona Llum Oftalmedic se ha desplazado para revisar la salud ocular de los chicos que forman parte del Centro Fundació Rafa Nadal, con el objetivo de continuar promoviendo el cuidado y correcto control de su visión.



Esta acción se integra en el proyecto de Bona Llum “Una Mirada Local”, que se trata de un programa estable de atención oftalmológica y optométrica dirigido a los colectivos más vulnerables de Mallorca, que carecen de recursos económicos y tienen dificultades de cobertura sanitaria. A partir de un convenio de colaboración entre Bona Llum y el grupo Oftalmedic Salvà, todos los pacientes que lo requieren son derivados conforme a los mismos estándares de calidad médica y asistencial que cualquier otro paciente.

Por su parte, desde el año 2014 el Centre Fundació Rafa Nadal



ofrece una atención integral (deportiva, educativa y psicoterapéutica) a menores vulnerables de una de las zonas más desfavorecidas de Palma -concretamente está ubicado entre el barrio de Nou Llevant y la Soledat-.

Allí atiende cada año a más de 250 menores de entre 6 y 17 años, a quienes ofrecen un programa educativo complementa-

rio a su formación escolar, con el deporte como principal vehículo para fomentar hábitos y valores como el compañerismo, el respeto o el esfuerzo.

El programa, que forma parte de los proyectos de la Fundación Rafa Nadal, incluye actividades enmarcadas tanto en el ámbito socioeducativo y deportivo como psicoterapéutico, con el fin de proporcionar de la manera más completa posible, las herramientas para un correcto desarrollo personal y social de los menores y su entorno.

El Col·legi de Metges de Balears entrega 115 gafas a Fundació Bona Llum Oftalmedic para enviar a Senegal

El Col·legi Oficial de Metges de les Illes Balears (COMIB) hizo entrega de 115 gafas usadas a la Fundació Bona Llum Oftalmedic, con el fin de enviarlas a una población que no dispone de una cobertura médica adecuada y que, en consecuencia, no puede recibir el tratamiento necesario para disponer de una correcta salud visual.

Concretamente, estas gafas se utilizarán en la campaña de revisiones y operaciones oftalmológicas en el Hospital Sant Jean de Dieu de la ciudad de Thiès en Senegal.

La presidenta del COMIB, la doctora Manuela García y la Dra. Rosa Robles, secretaria general, entregaron estas gafas, donadas por los colegiados y el personal del Colegio, a Bartolomé Camps Sastre, vicepresidente de Fundació Bona Llum Oftalmedic.



La doctora Manuela García, presidenta del Comib, y la Dra. Rosa Robles, secretaria general, hacen entrega de las gafas usadas a Bartolomé Camps.

COLABORADORES

LASERCLINIC. DERMATOLOGÍA

El acné: no hay una “talla única” para todos

EL DR. JOAN GARCÍAS LADARIA, DEL EQUIPO DE DERMATOLOGÍA DE LASERCLINIC, EXPLICA LAS DIFERENTES POSIBILIDADES PARA COMBATIR EL ACNÉ EN FUNCIÓN DE SU GRAVEDAD

El Dr. Garcías es Licenciado en Medicina por la Universitat de Barcelona desde el año 2009 y Médico especialista en Dermatología médico-quirúrgica y Venereología vía MIR por el Hospital General Universitario de Valencia desde 2014. Es también miembro de la Academia Española de Dermatología.

El acné es una de las enfermedades de la piel que con más frecuencia vemos los dermatólogos. Afecta en mayor o menor medida a todos los adolescentes, pero no es exclusivo de esta etapa de la vida. Algunos estudios han situado la prevalencia del acné en mujeres en el 35% entre los 30 y 40 años, y en el 26% entre los 40 y los 50. Se trata de un problema extremadamente común, incluso en adultos.

El acné es una enfermedad crónica, si bien tiende a remitir con la edad. Tiene un impacto estético y psicológico muy importante en el quien lo sufre, tanto por las lesiones inflamatorias como por las cicatrices que se generan en los casos más graves, que perduran con los años y son muy difíciles de tratar.

Causas

Inicialmente, el acné se produce por la obstrucción de la salida del folículo piloso a la superficie de la piel. Esto genera lo que conocemos como comedón, que puede ser abierto (“punto negro” o “espinilla”) o cerrado (“punto blanco”). A su vez, existe un aumento de la producción en las glándulas sebáceas. Este aumento de sebo produce el sobrecrecimiento de ciertas bacterias que se encuentran en la piel, y todo ello genera una inflamación que se traduce en un “grano”.

¿Por qué pasa esto? No hay una causa única, más bien existen varios factores implicados:

- La genética es muy importante, existe una tendencia familiar a tener acné, así como una correlación en la gravedad.

El acné es una enfermedad crónica extremadamente común, incluso en adultos



- Respecto a la influencia de la alimentación, existe cierta relación entre el desarrollo de acné y el consumo de leche, especialmente desnatada, así como de concentrados de proteínas (los usados para ganar masa muscular). También se ha relacionado con la ingesta de alimentos de alto índice glucémico.
- Mucho más evidente es la influencia hormonal. Los andrógenos que producen los testículos, los ovarios y las glándulas suprarrenales estimulan la producción de sebo. Además, algunas enfermedades endocrinológicas que llevan a un hiperandrogenismo pueden tener el acné entre sus manifestaciones clínicas.
- El contacto repetido con algunos cosméticos también puede provocar o empeorar el acné, así como el uso de algunos medicamentos.
- Por último, causas más raras de acné son ciertas enfermedades genéticas e inflamatorias que cursan con acné y alteraciones de otros órganos.

Diagnóstico

El diagnóstico del acné es clínico: se fundamenta en la anamnesis o historia clínica y la exploración física. La morfología de las lesiones de acné es típica: veremos pápulas, pústulas y comedones. La distribución es también típica: se suele localizar en la cara, en la espalda y tórax.

En ocasiones muy excepcionales en las que el dermatólogo deba descartar alguna otra enfermedad puede requerir una biopsia de piel. Una analítica sanguínea puede ser asimismo necesaria para descartar alteraciones hormonales cuando la historia clínica lo sugiera.

Tratamiento

En general, la gravedad del acné determina su tratamiento. Se establecen tres grados de acné: leve, moderado y grave, dependiendo de la intensidad, la extensión de las lesiones y la presencia de cicatrices.

La higiene con un gel limpiador adecuado dos veces al día y el uso de productos para pieles con tendencia acnéica (maquillajes, cremas, fotoprotectores) son medidas generales que todo paciente debería cumplir.

La gran mayoría de pacientes con acné leve e incluso moderado se controlarán con tratamiento tópico. Éste consiste en el uso de cremas y geles que contienen básicamente tres tipos de medicamentos o combinaciones de ellos: retinoides, queratolíticos y antimicrobianos o antibióticos. Estos productos son con frecuencia irritantes para la piel, especialmente en la cara, con lo que, al principio, es muy común la aparición de rojeces e incluso descamación en la zona donde se hayan aplicado.

Si el tratamiento tópico no es suficiente, o bien la extensión de las lesiones lo hace poco factible, se opta por el tratamiento oral:

- Los antibióticos orales, usados desde hace más de 70 años, son seguros y, en general, se toleran bien. El inconveniente más importante que tienen es que su efecto suele durar unos meses y, en cuanto se suspende el tratamiento o deja de ser eficaz, se vuelve al punto de partida.
- Otra estrategia, usada en mujeres, sería intentar disminuir la influencia hormonal mediante el uso de medicamentos con efecto anti-androgénico. Aunque hay otras opciones, los fármacos que más se utilizan son los anticonceptivos orales. Se trata de una opción segura y bien tolerada, y puede ser una medida de control a medio y largo plazo.
- La isotretinoína es un fármaco de la familia de los retinoides que usamos con frecuencia en pacientes con acné moderado o grave. Su uso se ha ido extendiendo en las últimas décadas y ha demostrado ser seguro y muy eficaz. Hoy en día sigue sien-



El acné puede afectar a la cara y también al pecho o a la espalda. Dependiendo de la intensidad y la extensión del acné se optará por uno u otro tratamiento.

La gravedad del acné determina su tratamiento

do el único tratamiento que, en la mayoría de los pacientes, consigue remisiones parciales o incluso totales, llegando en algunos casos a la “curación” del acné. El tratamiento con isotretinoína tiene algunas contraindicaciones y muchos efectos secundarios, y requiere que el paciente conozca muy bien las precauciones que debe tomar durante el tratamiento para minimizar la toxicidad.

En definitiva, el paciente con acné requiere su tiempo en la consulta. La historia clínica es nuestra herramienta principal para diagnosticar correctamente al paciente y encontrar posibles factores desencadenantes. Existen muchas opciones de tratamiento: no hay una “talla única”. En la mayoría de los casos se combinan varios tratamientos. En cualquier caso, es fundamental que el paciente adquiera el compromiso y tenga la constancia necesaria para que funcione, con lo que la decisión de decantarse por una opción o por otra debe también consensuarse con el propio paciente.

Más información:

LASERCLINIC

Rambla del Rei en Jaume, 6 (Manacor)

971 844 844

COLABORADORES

LASERCLINIC. PSICOLOGÍA

¿Cuáles son los factores esenciales en una adecuada crianza parental? La crianza parental como factor de protección de los hijos

LYDIA SÁNCHEZ, PSICÓLOGA DE LASERCLINIC, OFRECE LAS CLAVES PARA EL DESARROLLO DE MODELOS DE CRIANZA POSITIVOS

Lydia Sánchez Prieto es Licenciada en Psicología por la Universidad de las Islas Baleares (UIB) y está acreditada como Psicóloga General Sanitaria. Ha realizado el Máster en Intervención multidisciplinar en Trastornos de la Conducta Alimentaria, Trastornos de Personalidad y Trastornos Emocionales por la Universidad de Valencia. Ha realizado Máster en Intervención Socioeducativa sobre Menores y Familia por la UIB. Es experta en Intervención en Calidad de Vida de Personas mayores por la Universidad de Educación a Distancia.

Vivimos en una sociedad cada vez más demandante, que impide a muchos padres poder dedicar el tiempo que quisieran a sus hijos. Con frecuencia, se identifica que los padres presentan preocupaciones sobre si su crianza es adecuada y si están favoreciendo un desarrollo saludable en sus hijos. Después de todo, no nos enseñan cómo ser padres y cómo debemos actuar ante las posibles situaciones que van apareciendo en el día a día.

La preocupación es comprensible, al ser la familia la principal institución socializadora de los hijos, es decir, actúa como un agente transmisor de actitudes, hábitos y/o creencias (Al-Halabi et al., 2009; Kumpfer, Fenollar, y Jubani, 2013; Negreiros, 2013). Como resaltará Villanueva (2010), el niño se transforma en el seno de la familia a partir del ejemplo de sus padres o sus progenitores. Por ello, una **adecuada crianza parental** influirá en el desarrollo socioemocional de los hijos. Los estudios indican, incluso, cómo modelos de crianza positivos constituyen potentes herramientas en la **prevención de las conductas de riesgo** (como el consumo de drogas, conductas desafiantes o sintomatología) (Kumpfer, Fenollar, y Jubani, 2013; Orte, Ballester, Amer, y Vives, 2019; Patterson y Dishion, 1985).

Por lo tanto, desarrollar modelos de crianza parental adecuados constituye uno de los principales retos



de las madres y de los padres. Actualmente, se hace referencia al concepto de *parentalidad positiva*; es decir, cuando los padres otorgan un especial interés a potenciar el desarrollo de sus hijos. Esos modelos deben englobar una serie de factores esenciales. Para empezar, se debe apostar por **relaciones basadas en el afecto y en interacciones paterno-filiales de calidad**. La afectividad y el desarrollo del apego entre padres e hijos podrá influir en la sensación de seguridad y de confianza que desarrollan los hijos. Además, **el refuerzo positivo** y la recompensa de las conductas adecuadas también supondrá efectos positivos en los hijos. Se tratará de estimular y apoyar sus aprendi-

La comunicación ayuda a fortalecer el vínculo entre padres e hijos

zajes, sus logros y sus avances. Asociado a este último punto, también será relevante enfatizar la necesidad de capacitar a los hijos, es decir, de fomentar que sean autónomos, que consigan los logros por ellos mismos. La finalidad será dotar de habilidades y competencias a los hijos, fomentando su autoeficacia. En otras palabras, se procuraría “enseñarles a hacer”, siempre, lógicamente, estableciendo objetivos que estén adaptados a su etapa evolutiva y a su desarrollo.

La comunicación, otro de los factores esenciales, ayuda a fortalecer el vínculo entre padres e hijos. Como indica Vilaregut et al. (2012), la comunicación debe ser interactiva y comprensiva, de manera que, tanto padres como hijos sean receptores y destinatarios. Es decir, los hijos deben escuchar a sus padres, pero también deben sentir que son escuchados y comprendidos por éstos. En definitiva, se debe favorecer el diálogo. Vinculada a este factor aparecerá la **cohesión familiar**, que implicará el desarrollo de intereses y de actividades comunes entre los miembros de la familia. Pasar tiempo juntos puede fomentar el vínculo, la confianza y la comunicación entre los miembros de la familia. Se trata de tiempo de calidad, en el que, los padres y los hijos se involucran en la tarea o en las actividades que están haciendo, que las compartan y que las disfruten conjuntamente.

Por otro lado, se deben instaurar modelos de disciplina basados en la coherencia. Es decir, como remarcan Carcelén et al. (2010), una disciplina adecuada es la que se fundamenta sobre normas establecidas, que regulen la convivencia y que establezcan valores morales adecuados. Por consiguiente, los padres deben favorecer el desarrollo de normas y límites. Los límites deben ser firmes y constantes ante conductas desafiantes o inadecuadas de los hijos, pero también deben ofrecerse de manera razonada y deben adaptarse a su etapa evolutiva. Por último, la supervisión supondrá otro de los pilares fundamentales en la crianza. En etapas tempranas del desarrollo, la supervisión parental actuará co-



mo un factor de protección, especialmente, ante conductas de riesgo como podría ser el consumo de drogas, peligros asociados a las nuevas tecnologías o el *bullying*.

Los límites deben ser firmes y constantes ante conductas desafiantes o inadecuadas

En cambio, también existen algunos factores que podrían influir en la crianza de los hijos, pero en negativo. Sería el caso de los conflictos familiares, déficits en las competencias de los padres, patologías mentales en los padres o el distanciamiento afectivo en la relación padres-hijos, entre otros (Vermeulen-Smit, Verdurme y Engels, 2015).

En cualquier caso, como se exponía al principio, la crianza nunca resulta fácil y, con frecuencia, viene cargada de dudas. No será necesario que los hijos padezcan un trastorno o que experimenten sintomatología para que los padres puedan acudir a psicólogos que les orienten sobre cómo actuar en situaciones complicadas. La figura del psicólogo puede orientar y asesorar ante posibles circunstancias conflictivas o problemáticas y ofrecer pautas de cómo intervenir en esos contextos.

Más información:
LASERCLINIC
Rambla del Rei en Jaume, 6 (Manacor)
971 844 844

COLABORADORES

JUANEDA HOSPITALS

Juaneda Hospitals abre la primera Unidad de Otorrinolaringología con unidades específicas y alta tecnología para patologías complejas

Las consultas del nuevo Servicio de Otorrinolaringología (ORL) de Juaneda Hospitals han alcanzado pronto su velocidad de crucero gracias a su prestigio médico y al sistema de cita rápida, con listas de espera sin demora y una unidad de urgencias activa 24 horas al día, los siete días de la semana.

El doctor Julio Rama es el jefe de este nuevo servicio, con diez especialistas en Otorrinolaringología, expertos en las subespecialidades que se ofrecen para la atención más directa a las diversas necesidades del paciente, mediante el sistema de crear unidades específicas, una innovación en la sanidad privada en la que es líder el grupo Juaneda Hospitals.

El nuevo servicio dispone de una amplia estructura funcional con más de 250 metros cuadrados de superficie útil: cinco espacios de consultas activas, equipadas con la última tecnología para los procesos diagnósticos de garganta, nariz, oídos y todo el compendio de cabeza y cuello. Sus prestigiosos y homologados especialistas cuentan con tecnología de última generación, en muchos casos exclusiva.

Se ha habilitado también un área de audiología, con equipación completa para el estudio de hipoacusia (audición deficiente) en adultos y niños y rehabilitación auditiva y tratamiento de acúfenos (pitidos o zumbidos internos, cuya percepción constante llega a ser muy invalidante) y un laboratorio para el estudio de voz al servicio de la Unidad de la Voz, que tanto precisan ciertos profesionales como cantantes, pero también profesores.

El nuevo servicio ofrece a sus pacientes una Unidad de Roncopatía, Trastornos del Sueño y Apneas; una Unidad de Oncología de Cabeza y Cuello, y un servicio de rehabilitación de los trastornos deglutorios.

Los pacientes de Juaneda Hospitals disponen en este nuevo servicio de unidades de Rinitis Alérgica; Otología (enfermedades del oído externo, medio e interno); una unidad específica con personal altamente cualificado en ORL pediátrica y una Unidad de Ciru-

gía Plástica Facial. Además, se dispone de un quirófano integrado completo para intervenciones ambulatorias como exéresis de tumores cutáneos, biopsias, cirugías nasales menores, procedimientos de estética facial, etcétera. Por otra parte, los cirujanos del servicio disponen de quirófanos para intervenciones hospitalarias y de alta complejidad.

Entre las unidades específicas, el doctor Julio Rama, jefe del nuevo servicio, destaca *«la de Patología Vestibular, Otoneurología y Acúfenos, gran novedad en la sanidad privada balear, que atiende ya algunas de las patologías más frecuentes en nuestra especialidad, beneficiando a muchos pacientes con unos problemas que de no tratarse adecuadamente pueden llegar a ser invalidantes y muy severos»*.

Las partes del oído interno vinculadas al cerebro forman el sistema vestibular, regulando la información sensorial que determina el equilibrio y el movimiento ocular. La patología vestibular es estudiada por la Otoneurología (otorrinolaringología neurológica que estudia la relación entre el oído, el sistema nervioso y el cerebro), de la que el nuevo servicio posee reputados especialistas.

Otro de los puntos fuertes de este nuevo Servicio Otorrinolaringología de Juaneda Hospitals es su Área de Audiología General *«que abarca todas las posibilidades diagnósticas y terapéuticas»*. *«La Unidad de Audiología —añade el jefe del servicio— se ubica en un espacio propio en las instalaciones y cuenta con la capacidad de poder realizar la totalidad de las más complejas pruebas de función auditiva, como la de potenciales, la de otoemisiones (que permiten, por ejemplo, la detección de hipoacusia en bebés) y el screening auditivo, sin ningún tipo de limitación para exploraciones con enmascaramiento y a campo abierto»*.

Mención especial merece la sección de Patología Cérvicofacial, dedicada especialmente al tratamiento del cáncer de cabeza y cuello. Este cáncer, explica el doctor Julio Rama, *«es el sexto en diagnóstico en nuestro país y va en aumento en su incidencia por la reciente proliferación de las infecciones derivadas del virus del*



Especialistas del nuevo servicio de Otorrinolaringología de Juaneda Hospitals.

papiloma humano (HPV), ya que antes sus principales factores de riesgo eran solo el alcohol y el tabaco».

«El nuevo Servicio de Otorrinolaringología —recuerda el doctor Rama— basa su excelencia en la creación y potenciación de unidades específicas, algo en lo que este grupo es pionero en la sanidad privada balear: Las propias patologías son las que van definiendo las unidades, dado que obviamente no es lo mismo para un paciente ser atendido de una patología en la nariz, en el oído o en la garganta.»

Un ámbito que requiere de la mayor especialización es el de las enfermedades otorrinolaringológicas de los niños *«que son comunes y muy frecuentes en las primeras etapas de la vida y que por tanto deben ser tratadas por especialistas en una Unidad de Otorrinolaringología Pediátrica, como la que tenemos en el nuevo servicio»*, añade el nuevo responsable.

Un exclusivo videoendoscopio pediátrico, la tecnología para el diagnóstico y tratamiento de acúfenos y vértigo y otros elementos, como el área específica para la rehabilitación del equilibrio *«conforman un servicio equipado con tecnología de última generación, con videoendoscopias en todas las consultas para realizar exploraciones completas de toda la esfera ORL»*, explica el Dr. Rama.

Además, dado que la Otorrinolaringología es una especialidad

eminentemente quirúrgica, el nuevo equipo de Juaneda Hospitals ofrece los mayores niveles de excelencia en cirugía ambulatoria y compleja: *«Manejamos toda la patología del cuello, incluso operamos tiroides —explica el doctor Rama— y la patología quirúrgica aéreo digestiva superior»*, de modo que se puede beneficiar de ello un gran número de pacientes.

Los especialistas en Otorrinolaringología quirúrgica del nuevo servicio de Juaneda Hospitals operan cavidad oral, laringe, faringe, patología nasal *«llegando incluso a través de la nariz a la base del cráneo para operar con los neurocirujanos casos que están más allá del límite de la fosa nasal»* y, naturalmente, todos los problemas otorrinolaringológicos con solución quirúrgica, con mención expresa al cáncer de cabeza y cuello.

«Contamos —señala el doctor Julio Rama— con especialistas capaces de tratar todo tipo de tumores cervicofaciales, dado que nuestro equipo se nutre de profesionales que nos enfrentamos a este tipo de cáncer desde hace ya muchos años, habiendo trabajado en diferentes centros hospitalarios de reconocido prestigio, experiencia que trasladamos ahora a los pacientes de Juaneda Hospitals».

Más información:
CLÍNICA JUANEDA
C/ Company, 30
971 28 00 00

GRACIAS, FTALMEDIC SALVÀ



Fundació Bona Llum agradece el apoyo profesional y humano del grupo Oftalmedic Salvà, que ha permitido que sus proyectos solidarios cobren vida.

¡Gracias por ayudarnos a repartir nuevas miradas!

www.fundaciobonallum.org

Últimos avances en audífonos

Gracias a la investigación, y a la creación de nuevas plataformas de adaptación digital, los fabricantes de audífonos han hecho frente a las barreras de la tecnología auditiva para crear una solución que proporcione una calidad sonora excelente, sea fácil de usar y ofrezca una verdadera sensación de bienestar. Desde la primera adaptación y todos los días. Al contar con lo último en tecnología en unos audífonos maravillosos, se conectan directamente a teléfonos inteligentes, televisores y una variedad de componentes electrónicos de uso diario.

Las ventajas que nos ofrecen estos nuevos audífonos son:

Sonido claro y variado

La última generación de audífonos reconocen y se adaptan automáticamente con precisión a más ambientes sonoros que antes. Esto permite que el usuario pueda beneficiarse de una buena comprensión, especialmente en entornos ruidosos, hablando por teléfono o cuando no pueda situarse frente a la persona con la que habla.

Gracias a la tecnología anteriormente mencionada, los audífonos...:

- Reconocen el nivel de ruido externo y son capaces de adaptarse al entorno para que la audición de las palabras sea más nítida y clara, potenciándolas sobre el ruido de fondo.
- Reducen el esfuerzo en ambientes sonoros.
- Ofrecen un sonido excepcional desde el primer momento, aunque los audífonos aprenden de la experiencia de los usuarios y van mejorando día a día.

Conexión con teléfonos inteligentes, TV y más

Este tipo de audífonos pueden conectarse directamente a un teléfono inteligente iOS o Android y a otros teléfonos compatibles con

Bluetooth para transmitir cualquier tipo de audio. Permiten participar en llamadas telefónicas con manos libres e incluso pueden

configurarse notificaciones telefónicas sonoras para oírlos a través de los audífonos. También ofrecen transferencia de calidad sonora estéreo para música, vídeo, libros electrónicos, podcasts y más.

Recargables

Las baterías recargables de ion-litio están diseñadas para durar seis años. Se puede disfrutar un día completo de audición -incluyendo streaming- sin tener que preocuparse por cambiar las baterías. Los audífonos recargables disponen de opciones de carga fáciles de usar.

Aplicaciones inteligentes

Cuentan con APPs mediante las cuales podemos convertir el teléfono móvil en un avanzado mando a distancia.

Mención aparte merecen los audífonos súper potentes, destinados a usuarios con pérdidas de oído severas-profundas que hasta el momento no tenían acceso a toda la audición que precisaban porque sus audífonos "pitaban" cuando intentaban alcanzarla.

Ahora, con los nuevos audífonos POWER, se puede obtener una audición del habla a 360°, y se ha logrado la reducción de ruidos molestos.

Más información:

Óptica Alfonso
C/ Llotgeta nº 5
971 713 668
www.opticaalfonso.com



Imagen de phonakpro.com



Imagen de oticon.com

COLABORADORES

INSTITUT BALEAR DE PEDIATRIA

Pequeños dictadores

Los modelos educativos contemporáneos están generando cambios importantes en nuestros niños, en relación a su carácter y cómo enfrentan las realidades vividas. En la actualidad, la falta de autoridad de los padres está desencadenando patrones de comportamiento tiranos. El síndrome del emperador o del niño rey son nombres comunes para estos casos donde los niños dominan a sus padres llegando incluso, en ocasiones extremas (pero no poco frecuentes), a la agresión y al maltrato físico.

La finalidad educativa de los padres permisivos recae en el hecho de que quieren la ausencia de conflicto dentro del hogar, promoviendo la paz a cualquier precio. Esto conlleva una igualdad de roles entre los padres y los hijos, donde el hijo tiene voz y voto igual que sus progenitores, decide las cuestiones familiares importantes y todo se hace por consenso y no por imposición. Si bien la intención parental es preservar la armonía familiar, lo que se produce paradójicamente es una guerra encubierta donde el niño se convierte en un dictador, alrededor del cual giran las figuras parentales. Con el fin de intentar preservar esta armonía que es tan deseada por los padres, el pequeño dictador comienza a obtener grandes beneficios de su mal funcionamiento, y los padres, frente a las muestras de prepotencia, acaban por rendirse.

Cómo modificar el patrón educativo

1. Todos a la misma

Según Javier Urrea, doctor en psicología, en estos casos no sólo se debe tener en cuenta la parentalidad, sino la relación de pareja, en el abordaje de la educación de los hijos, para evitar la ganancia de poder de niños respecto a uno o los dos progenitores. Si padre y madre enfrentan juntos el intento dictatorial del hijo, es mucho más probable que el niño no consiga sus objetivos.

2. Las consecuencias

La falta de límites o el "todo vale" debe modificarse por consecuencias claras a comportamientos desestructurados. Debemos reducir al máximo el diálogo a la hora de establecer un límite. Las órdenes maquilladas de palabras terminan siendo interpretadas por los hijos como consejos, y por tanto, pueden no seguirlos. Una norma debe ser clara, corta y específica, y tendrá una consecuencia significativa si no se cumple.



3. Restablecimientos de las jerarquías

Hemos intentado tener en casa una democracia y, por el contrario, hemos conseguido una dictadura, donde nuestro hijo impone sus deseos por encima de los intereses parentales. El restablecimiento del orden jerárquico pasa por ponernos de manera sutil pero progresiva de nuevo por encima, donde nuestras necesidades también tengan valor e importen, y empezar a plantear un equilibrio entre el dar y recibir, donde nuestro hijo deberá devolver en forma de respeto, ayuda y estudio (que son sus únicas obligaciones) los beneficios que obtiene por ser hijo.

El equilibrio familiar es el equilibrio para la vida

La autoridad y los límites no son ausencia de amor. Enseñarle que en casa hay unas normas que debemos respetar, es prepararlo para el futuro. No dotar a nuestros hijos de la tolerancia que precisan para adaptarse al mundo exterior, una vez salgan del hogar, es incapacitarles para la vida.

Helena Alvarado, psicóloga, pedagoga terapeuta y logopeda habilitada de Institut Balear de Pediatria

Más información: INSTITUT BALEAR DE PEDIATRIA

Camí de Son Rapinya, 1

Clínica Salvà (Planta +1)

971 711 845 - www.helenaalvarado.cat

COLABORADORES

FEDERÓPTICOS NOVOLENT

Los profesionales de Federópticos Novolent nos ofrecen unos consejos para cuidar de la visión infantil

Ayuda a tus hijos a desarrollar todo su potencial. Sigue estos sencillos consejos para cuidar de su visión:

Procura que los niños realicen actividades al aire libre.

No solo en verano, sino todo el año. Conseguirás que relajen la acomodación y evitarás el cansancio ocular.

Asegúrate de que disponen de una buena iluminación.

La lectura, el estudio, el uso de ordenadores, tienen que realizarse en una zona de trabajo que cuente con una buena iluminación para impedir un esfuerzo innecesario del niño.

Recuerda que se debe mantener una distancia con respecto al papel.

La distancia idónea se sitúa entre 35 y 40 cm, que es la apropiada para no tener que realizar un sobreesfuerzo en el trabajo de cerca a esas edades.

Es importante que hagan pausas continuadas.

De este modo, conseguiremos que todo el sistema encargado de enfocar y desenfocar los objetos cercanos se relaje.

Se debe limitar el uso intensivo de pantallas.

Todos sabemos lo difícil que es actualmente evitar que pasen horas delante de una pantalla, sean móviles, tablets u ordenadores, pero hay que conseguirlo.



Proteger su visión de los rayos solares perjudiciales.

Los ojos de los niños son más sensibles a la radiación UV, por tener los medios intraoculares (cristalino, humor acuoso y vítreo) más transparentes; y su córnea es más sensible a los infrarrojos.

Revisa su visión.

Recuerda que una vez al año es necesario revisar el estado de la visión del niño, no solo cómo ve, sino también en qué condiciones está su sistema visual.

Más información:

FEDERÓPTICOS NOVOLENT

Av. D'Argentina, 18

971 452 291



federópticos
Novolent

DESDE OTRO PUNTO DE VISTA

DR. LUIS SALVÀ LADARIA

ESPECIALISTA EN OFTALMOLOGÍA GENERAL

DIRECTOR MÉDICO DE OFTALMEDIC SALVÀ

Tres generaciones dedicadas a la Medicina

La Medicina es una profesión con unas características muy propias, como es el fuerte componente vocacional y la entera disposición de quien la practica para ayudar a los demás.

La relación de la familia del Dr. Luis Salvà con el mundo de la Medicina no nace con él, de hecho, se remonta ya hace tres generaciones, habiéndose dedicado a esta disciplina su abuelo y tres de sus tíos, y ahora también una de sus hijas.

El Dr. Luis Salvà, tras licenciarse en Medicina y Cirugía por la Universidad de Barcelona, decidió orientar su carrera, concretamente, hacia el campo de la Oftalmología. Una situación familiar acaecida durante su tercer curso de carrera le hizo tomar consciencia de que la visión es uno de los sentidos más preciados para las personas, lo cual influyó en esta decisión de manera determinante. Por otra parte, el hecho de tratarse de una especialidad médi-

co-quirúrgica, en la que el mismo especialista puede abordar casi por completo una patología a nivel de diagnóstico y tratamiento, atendiendo a los pacientes durante todo el proceso de su curación, también le impulsó en esta dirección. Todos estos factores motivaron también que el Dr. Luis Salvà Ladaria fundara Oftalmedic Salvà, hace ya tres décadas.

Desde que en 1986 inició su ejercicio en la Medicina privada, su trayectoria profesional ha evolucionado de forma paralela al crecimiento de la Oftalmología. A lo largo de este tiempo, el Dr. Salvà ha asistido a un desarrollo exponencial de esta especialidad dentro de la Medicina, ligado a importantes avances tecno-

lógicos que han favorecido la aparición de nuevos medios diagnósticos y técnicas médico-quirúrgicas y a los beneficios de la innovación en los tratamientos farmacológicos. A medida que la Oftalmología actual ha superado desafíos inimagina-

La pasión por la Medicina, el compromiso con la actualización y la mejora constantes, el afán por el cuidado de la salud y el cariño hacia los pacientes han guiado cada paso del Dr. Luis Salvà en su carrera profesional





La Dra. Teresa Salvà con su padre, el Dr. Luis Salvà, en el día de su graduación.

bles, haciendo posible el tratamiento de determinadas patologías oculares que eran intratables e irreversibles hace unos años, el doctor se ha asegurado de dotar Oftalmedic Salvà de la es-



tructura adecuada para ofrecer la mejor respuesta al reto del tratamiento integral de la visión y ofrecer la solución más adecuada a las necesidades cada uno de sus pacientes, con tal de mejorar su calidad de vida.

Todos estos valores -la pasión por la Medicina, el compromiso con la actualización y la mejora constantes, el afán por el cuidado de la salud y el cariño hacia los pacientes- han guiado cada paso del Dr. Luis Salvà en su carrera profesional, pero a su vez también han sido absorbidos por la menor de sus hijas, quien demostró su interés por la Medicina desde bien temprano.

Teresa Salvà se graduó en Medicina el pasado año 2016 por la Universidad de Barcelona (UB) y, tras alcanzar una puntuación en el Examen MIR de 281 puntos que le permitió escoger tanto hospital como especialidad, desde mayo de 2017 comenzó a formarse también en Oftalmología en el más prestigioso Centro de España: el Hospital Ramón y Cajal de Madrid, en el que continúa a día de hoy a la espera de que el próximo año 2021 le concedan el título de la especialidad y pueda comenzar a ejercer como oftalmóloga, perpetuando la tradición familiar durante una generación más.

CON VISTA AL FUTURO

La corrección simultánea del astigmatismo y las cataratas ya es una realidad

Los avances en los métodos diagnósticos de patologías oculares como el glaucoma, el ojo seco, la uveítis o el astigmatismo están marcando el futuro en el abordaje de las enfermedades oftalmológicas, tal como se puso de manifiesto durante el 95º Congreso de la Sociedad Española de Oftalmología (SEO), encuentro anual de referencia que en esta ocasión congregó en el Palacio Municipal de Congresos de Madrid a más de 2.000 especialistas de la visión, entre oftalmólogos, optometristas, residentes y representantes de la industria oftalmológica.

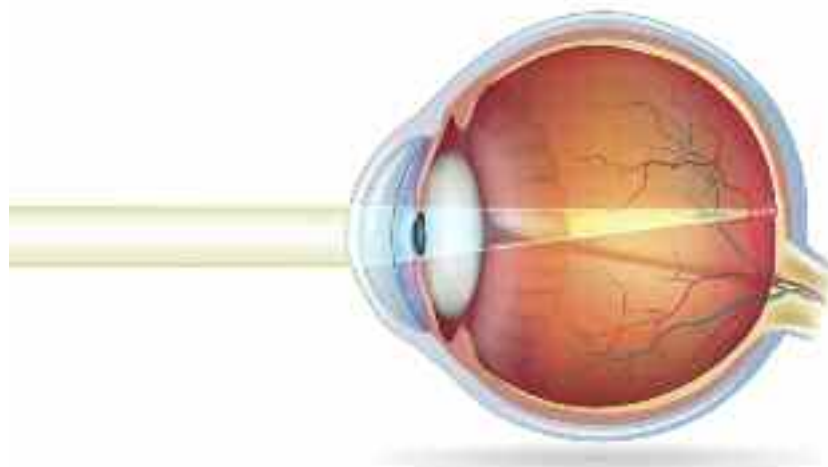
En concreto, el Dr. Luis Salvà abordó a través de una ponencia durante el evento los avances en el diagnóstico del astigmatismo y su tratamiento simultáneo durante la intervención de cataratas, hecho que constituía todo un reto hasta el momento y que ya es toda una realidad.

Actualmente el objetivo de la cirugía de cataratas no se reduce a eliminar la catarata, sino que, además de esto, se pretende buscar un resultado refractivo óptimo para disminuir o eliminar la dependencia de gafas o lentes de contacto.



Toma de datos del ojo del paciente a través del sistema de diagnóstico Aladdin.

OJO NORMAL



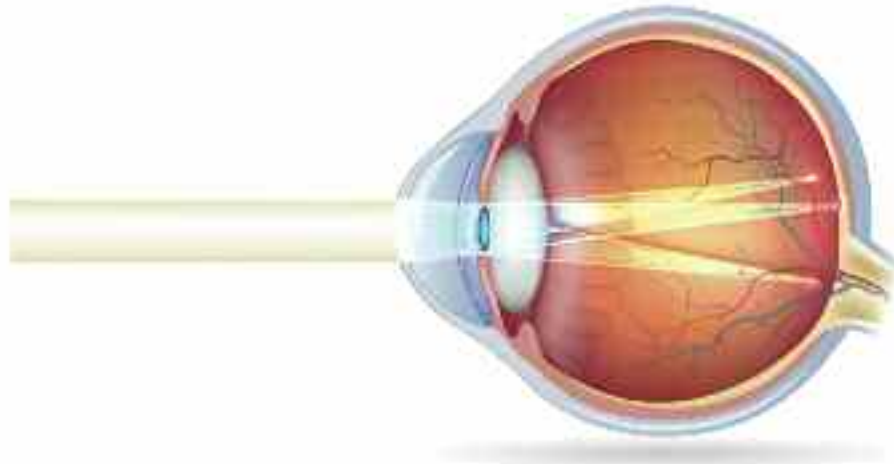
En los últimos años se ha logrado corregir completamente la miopía, hipermetropía o vista cansada durante esta operación, insertando, a través de la lente intraocular que sustituye al cristalino opacificado (catarata), el número exacto de dioptrías necesarias. Pero todavía quedaba una asignatura pendiente, que era la corrección simultánea del astigmatismo. Para poder eliminar esta afección ocular en este mismo procedimiento se requiere de una medición extremadamente exacta y precisa de los parámetros biométricos del ojo, que hace unos años era inimaginable.

Gracias al reciente avance en la tecnología y los métodos diagnósticos esto ya es posible, lo cual permite dejar un ojo emétrope (sin necesidad de utilizar corrección óptica como gafas o lentillas) a la vez que se interviene la catarata, incluyendo el abordaje del astigmatismo.

El astigmatismo

El astigmatismo es un defecto de refracción que provoca la borrosidad de objetos tanto cercanos como lejanos. En condiciones normales, la córnea tiene una curvatura similar en toda su superficie. Cuando existen irregularidades en esta curvatura se produce el astigmatismo, haciendo que los ob-

OJO CON ASTIGMATISMO



jetos se enfocan en varios puntos de la retina y, por tanto, que se vean borrosos.

Para la adecuada corrección de este defecto refractivo durante la cirugía de cataratas, es necesaria la medición de la curvatura y de las irregularidades de la córnea. Además, hay que medir la longitud del ojo y predecir la posición efectiva de la lente (dónde va a quedar situada tras su implantación).

El éxito de este procedimiento reside esencialmente en la precisión que aporta la nueva aparatología durante la realización de las pruebas preoperatorias. Actualmente, los aparatos diagnósticos obtienen toda esta información y ofrecen al cirujano una guía exacta de actuación a través de un mapa topográfico a partir del conjunto de mediciones obtenidas del ojo.

En concreto, el sistema de diagnóstico Aladdin utilizado en Oftalmedic Salvà toma los datos del ojo del paciente con una precisión sin precedentes y, ade-

más, se conecta directamente con el equipo láser que aplicará el tratamiento, transfiriendo toda esta información única de forma rigurosa. Gracias a estos datos, el equipo láser es capaz de realizar directamente las incisiones en el lugar exacto para corregir el astigmatismo en cada caso, además de ofrecer al cirujano una extrema fiabilidad en el cálculo y la determinación de la potencia y la posición de las lentes intraoculares.



Datos obtenidos del ojo del paciente a través del equipo Aladdin.

ENTREVISTA

DRA. MANUELA GARCÍA ROMERO
Presidenta del COMIB

“Uno de los retos más importantes en general es ir hacia la prevención y no tanto hacia la curación”

La Dra. Manuela García Romero es médico especialista en Anestesiología y Reanimación y ocupa el cargo de presidenta del Col·legi de Metges de les Illes Balears (COMIB) desde 2018.

P. ¿Qué es el Col·legi de Metges de les Illes Balears (COMIB)?

R. Es una institución de derecho público que tiene como función velar por la buena praxis del médico, por el cumplimiento del código de deontología y, por tanto, también por la salud de la población y de la sociedad, así como llevar a cabo la ordenación de la profesión médica.

P. ¿Cuáles son los retos que se están afrontando durante su mandato al frente del Colegio?

R. La Junta de Gobierno que presido conoce muy a fondo la realidad que se vive día a día en la sanidad, ya que todos venimos de practicar medicina asistencial tanto en sanidad pública como en privada. Esto me parece muy importante.

En este contexto, una de las primeras ideas que hicimos realidad fue la creación de la Oficina de ayuda a la Segunda Víctima, dirigida a aquellos profesionales médicos que puedan sufrir un Evento Adverso (EA), error médico o lesión no esperada en el paciente, circunstancias que pueden afectar en forma de trauma al profesional. En estas situaciones, considerábamos que el médico se encontraba en una importante sensación de soledad, y teníamos que hacer algo para evitarlo.

Creo que es importantísimo velar por la seguridad del paciente, pero también por el cuidado del médico. El Colegio está aquí para cuidar del médico, porque haciéndolo cuidamos también de la sociedad. Hemos puesto en marcha otros proyectos como el programa PAI-ME (Programa de Atención Integral al Médico Enfermo), mediante el cual se procura una atención específica a médicos con problemas psíquicos o con conductas adictivas para ofrecerles asistencia especializada y favorecer su rehabilitación como profesionales.

P. Ha mencionado públicamente en varias ocasiones que hay

que “poner en valor qué es ser médico”, ¿a qué se refiere con esta afirmación?

R. A que debemos poner en valor que los médicos, por su formación, por su capacidad y, prácticamente, por ley, están llamados a ser los líderes clínicos de los procesos asistenciales.

Somos personas relativamente discretas a la hora de decir lo que nos cuesta llegar a formarnos como médicos. La persona que decide hacer Medicina debe tener una nota de selectividad muy alta, cursar seis años de grado y cuando acaba no puede ejercer, ni en pública ni en privada, tiene que presentarse a una oposición que se llama MIR y estudiar un año más para aprobarla. Y luego elegir la especialidad, que son otros cuatro o cinco años más. En total, son unos 12 años de formación.

Esto hay que ponerlo en valor de algún modo porque es un esfuerzo que, además, no acaba ahí, porque nos seguimos formando el resto de nuestras vidas. Alguien tiene que decir: “esto es lo que somos” y creo que el Colegio es el que debe hacerlo.

P. ¿En qué situación se encuentra el sector sanitario balear?

R. Actualmente tenemos una sanidad pública que ha hecho una inversión muy importante en salud, lo cual se ha notado en diferentes aspectos -como en la reducción de la lista de espera quirúrgica-, pero también una serie de problemas importantes. Uno de ellos es el “déficit de médicos” que existe en toda España, o lo que mal se ha llamado así, porque en realidad se trata de un “déficit de especialistas”.

Los Colegios de Médicos estamos alertando desde hace tiempo de que se está volviendo a formar la bolsa de años atrás. Es decir, en el MIR de 2018 se presentaron 15.000 médicos para 7.000 plazas. Esto quiere decir que hay una bolsa de 8.000 graduados en Medicina que no pueden trabajar en sanidad pública ni en privada y que siguen estudiando para poder entrar en el MIR. Sin embargo, al mismo tiempo tenemos déficit de estos médicos en otras áreas... Esta situación requiere de medidas urgentes e inteligentes de gestión.

“Creo que es importantísimo velar por la seguridad del paciente, pero también por el cuidado del médico”



En Baleares, sobre todo tenemos un déficit importante de especialistas en Medicina de Atención Primaria. Además, somos una comunidad importadora de médicos: en Mallorca prácticamente solo el 35% de los médicos son de las Islas y, en Ibiza, el 15%, el resto son médicos importados.

Con lo cual, esta es la situación que tenemos actualmente: una población envejecida, de la que se esperan muchas jubilaciones, una bolsa de médicos sin especialidad que no pueden trabajar y un déficit de médicos a nivel global.

P. ¿Qué papel considera que juega la sanidad privada en el sistema de salud de Baleares?

R. Creo que juega un papel fundamental. Primero, porque es una elección libre e individual del ciudadano. También porque ofrece una serie de garantías de calidad en su práctica. Y, finalmente, porque permite que haya un grupo de pacientes que no estén consumiendo recursos del sistema público. Para mí, la sanidad pública y la privada son dos elementos complementarios importantes.

P. El COMIB tiene también una vertiente solidaria a través de su Oficina de Cooperación, ¿en qué consiste su labor?

R. El COMIB abrió la Oficina de Cooperación Internacional con dos

objetivos: dedicar una parte de su presupuesto a la ayuda a la cooperación en líneas generales y tener dentro de nuestro amparo a los médicos cooperantes.

Además, este año el Colegio quiere ir un poco más allá. Hasta ahora hemos cooperado con las campañas de reciclaje de gafas de Fundació Bona Llum Oftalmedic, recogiendo móviles para Stop Sanfilippo... En esta ocasión queremos dar visibilidad a la cooperación creando dos premios: uno en colaboración con La Caixa, para ayudas a organizaciones que trabajen en proyectos educativos o sanitarios para colectivos en riesgo de exclusión en Baleares; y otro con la aseguradora Medicorasse, destinado a personas que realicen proyectos de cooperación hacia afuera.

P. Usted es la primera mujer que ocupa la presidencia en los 137 años de historia que tiene el COMIB, ¿estamos viendo una progresiva feminización de la profesión?

R. No hay duda, de hecho, el 70% de los MIR que vinieron el año pasado a Baleares son mujeres. Aunque el número de hombres colegiados es todavía superior que el de mujeres (un 53% frente a un 47%), vemos que en los mayores de 60 años tenemos un tercio de mujeres en relación a dos tercios de hombres, pero que la proporción está totalmente invertida en los colegiados de entre 30 y 40 años.

Con lo cual, la feminización es un hecho inevitable.

Y ser primera mujer presidenta, aunque creo que ya era una cuestión de tiempo y de lógica, ¡para mí es un honor que me haya tocado!

P. ¿Qué factores pueden haber propiciado la irrupción de las mujeres en la profesión médica?

R. Por un lado, la incorporación al trabajo y a la educación de la mujer ha sido más tardía que la del hombre. Además, la mujer se ha asociado siempre al papel de cuidadora, de dueña del hogar. Nuestras primeras doctoras seguro que lo tuvieron muy difícil para poder ejercer su profesión. Yo lo tuve relativamente complicado y las compañeras que van incorporándose, independientemente de los hándicaps que siguen existiendo, poco a poco hacen que sea más fácil porque es más habitual.

Yo soy muy positiva en ese tema, opino que la mentalidad está cambiando hacia vernos todos iguales a la hora de trabajar.

P. ¿Cree que queda algún reto importante por superar en el sector sanitario balear?

R. Creo que uno de los retos más importantes en general, de la salud de cualquier pueblo, es ir hacia la prevención y no tanto hacia la curación. Y ahí sí que, aunque se hacen cosas, queda mucho camino por recorrer.

“La feminización es un hecho inevitable”

HISTORIAS CON LUZ

“Mi experiencia repartiendo Miradas”

A lo largo del tiempo que llevo dedicándome a la Optometría he tenido el honor de poder participar en varias ocasiones en las campañas de Fundació Bona Llum Oftalmedic, a través de las cuales prestamos atención a la salud ocular de personas sin recursos, tanto aquí en Mallorca como en países en vías de desarrollo.

En concreto, como optometrista, lo que yo hago sobre todo es medir la agudeza visual de estas personas, como indicador para saber si algo no está funcionando correctamente en su visión. En una segunda fase, si se detecta una alteración en esta agudeza visual, nos ponemos manos a la obra para identificar el problema concreto y ponerle solución. A veces, esta solución consiste en unas simples gafas, las cuales adaptamos en nuestro taller de reciclaje de gafas usadas; en otras ocasiones será necesario derivar el caso a un médico oftalmólogo para que determine el mejor tratamiento para cada patología.

A nivel local colaboramos con diversas organizaciones de ayuda humanitaria para repartir salud visual entre aquellas personas que carecen de recursos o de cobertura médica. Por ejemplo, revisamos la vista de los chicos del Centre Fundació Rafa Nadal, del Centre Socioeducatiu Naüm, de la Fundación Natzaret, de los usuarios del comedor social Zaqueo, entre otros colectivos.



La primera vez que fui a hacer una de estas colaboraciones locales fue en Naüm, en Son Roca, y personalmente me impresionó muchísimo. No me esperaba ver lo que vi sin salir de Mallorca... Me sorprendió todo mucho, la calle, el barrio, la gente, la historia de cada persona... En ese momento fue cuando pensé: “podemos ayudar sin tener que irnos muy lejos”.

Esto no significa que fuera no nos necesiten. En cuanto al ámbito internacional, en 2011 estuve realizando revisiones visuales en Meki, en Etiopía, y más recientemente, en 2017, estuvimos en Nuadibú, en Mauritania, ejecutando una campaña quirúrgica de tratamiento de cataratas junto a otras optometristas, enfermeras y doctores. Para mí, las dos experiencias fueron muy distintas.

En Etiopía, además de hacer nuestro trabajo, me pude integrar muchísimo con la población. Viví allí durante 28 días en los que trabajábamos por la

mañana (en la mayoría de sitios no había luz, con lo cual a cierta hora teníamos que retirarnos), colaborando con la gente local. De hecho, me integré hasta tal punto que incluso apadriné a un chico de 19 años porque lo acabé considerando como un hermano para mí.

También estuve en un centro de niñas maltratadas, conviví con ellas, me contaron sus historias, me enseñaron a hacer sus platos de comida habituales, aprendí incluso alguna canción en su idioma...

Fue una gran experiencia... ¡Llegó un momento que me pensaba que era del pueblo! Iba por la calle y la gente me llamaba por mi nombre, venían a vernos, nos invitaban a sus casas... Trabajamos mucho, si no recuerdo mal revisé la vista de más de 400 personas, pero me encantó.

Mauritania fue completamente diferente. Allí no socializamos tanto con la población. Nos hospedamos en un hotel, estuvimos solo 5 días, y los aprovechamos al máximo para trabajar (empezábamos a las nueve de la mañana y acabábamos hacia las diez de la noche). A la población de allí solo la veía cuando revisaba su vista (en mi caso yo graduaba, otra parte del equipo estaba dentro de quirófano). Puntualmente podías conectar un poco más con alguien, por ejemplo, hubo una niñita que me

“Como optometrista, lo que yo hago es medir la agudeza visual de estas personas”





regaló un reloj para que lo llevara como ella... Pero, en general, la gente era más reservada. Fueron vivencias súper distintas.

Una de las cosas que más me sorprendió en estas dos experiencias fue la gran diferencia entre los problemas oculares que se encuentran a nivel local y los que se encuentran en estos países más necesitados. Las afecciones en sí son las mismas: miopía, estrabismo, cataratas, algún caso de glaucoma... El caso es que, al no poder disponer de una atención oftalmológica adecuada, estos problemas suelen derivar en fracaso académico o laboral, en exclusión social o incluso en ceguera permanente. Por ejemplo, si a un miope no le pones gafas no verá la pizarra y, por tanto, no será capaz de aprender y desarrollar sus capacidades para obtener un trabajo digno en un futuro. O, ante un caso de glaucoma, si no se detecta a tiempo no habrá solución a la ceguera irreversible que produce...

En el caso de las cataratas esta situación se ve muy clara: aquí en España la intervención de cataratas es muy habitual y relativamente sencilla. Sin embargo, en los países en vías de desarrollo esto no es así, una catarata suele derivar en ceguera sí o sí, ya que allí no tienen acceso al tratamiento para eliminarla. A nivel personal esto choca mucho.



“¡Llegó un momento que me pensaba que era del pueblo!”

Sin embargo, de todas las experiencias como voluntaria de Bona Llum yo me quedo con la mejor parte: con la gente a la que le hemos cambiado realmente la vida.

Cuando un niño tiene un problema ocular sin detectar y sin tratar lo puede llegar a pasar muy mal. Le cuesta aprender a leer, o hacer los ejercicios de la pizarra, pero no sabe por qué, no lo asocia a su vista. Muchas veces se cree que se debe a un problema de comprensión o de desarrollo cognitivo, cuando en realidad no es así y con una simple gafa se puede solucionar.

Hay otros casos en los que es más evidente. Por ejemplo, en Etiopía le puse a un niño unas gafas de 7 dioptrías ¡y le cambió la cara! Pasó de no ver absolutamente nada a poder ver las cosas que le rodeaban... Fue impresionante. Mirabas a los niños cuando llegabas y, después de 28 días, los mirabas cuando te ibas, y veías que eran personas nuevas. Aquí es cuando entiendes el verdadero significado de ‘Repartir miradas’.

Xisca Arrom Munar,
optometrista de
Oftalmedic Salvà y
voluntaria
de Fundació
Bona Llum Oftalmedic

GRACIAS A TODOS NUESTROS COLABORADORES

Desde Fundació Bona Llum Oftalmedic queremos transmitir nuestro profundo agradecimiento a todas las personas y organizaciones que hacen posible nuestra tarea día a día.

A aquellos que colaboran y se involucran en nuestros proyectos, ya sea cediendo sus gafas usadas, a través de donativos, con su trabajo y dedicación, o simplemente difundiendo nuestra labor.

ENTIDADES PATROCINADORAS



ENTIDADES COLABORADORAS



ÓPTICAS COLABORADORAS





Curso ARI-UMH 2019

El Dr. Luis Salvà, director médico de Oftalmedic Salvà, presentó sus últimos avances en el tratamiento de cataratas y la corrección simultánea del astigmatismo en el curso ARI-UMH 2019, impartido este mes de marzo en la Universidad Miguel Hernández de Alicant

te, bajo la dirección científica del prestigioso Dr. Jorge Alió. El acto formativo, que tenía como objetivo abordar las innovaciones y nuevas tendencias en cirugía refractiva, catarata y córnea, contó con la participación de más de 180 oftalmólogos y constó de varias ponencias así como de una vídeo-sesión quirúrgica, que fue una de las novedades de la reunión.



ESCRS 2019

El Dr. Luis Salvà participó en el 37º Congreso de la Sociedad Europea de Cirujanos de Catarata y Cirugía Refractiva (ESCRS), que congregó del 14 al 18 de septiembre en París a algunos de los más prestigiosos oftalmólogos a nivel europeo. El objetivo de esta organización es promover la educación y la investigación en el campo de la cirugía refractiva para avanzar y favorecer el estudio y la práctica de la oftalmología. Actualmente, cuenta con más de 7.500 miembros de más de 130 países de todo el mundo.



95º Congreso SEO

El Dr. Luis Salvà, el Dr. Antonio Amer, el Dr. Jorge García, la Dra. Bozena Mankowska, el Dr. Scott Anderson y el Dr. Luis G. Padilla, del equipo de Oftalmedic Salvà, asistieron al 95º Congreso de la Sociedad Española de Oftalmología (SEO), una jornada de asistencia más que obligatoria en la que cada año se plantean todas las actualizaciones del sector a nivel nacional. El Dr. Luis Salvà, por su parte, expuso las últimas novedades en el abordaje quirúrgico de las cataratas en el esperado encuentro, que fue celebrado entre los días 25 y 28 de septiembre en Madrid.

ES NOTICIA

III MALLORCA FACOREFRACTIVA



Más de 40 oftalmólogos asisten en Clínica Salvà al III Congreso Mallorca Facorefractiva

El pasado 22 de junio Oftalmedic Salvà en Clínica Salvà acogió la 3ª Edición del Congreso Mallorca Facorefractiva, evento de carácter bienal en el que se abordan las principales novedades en el sector de la Oftalmología y, específicamente, del Segmento Anterior del ojo.

Esta cita congregó a más de 40 reputados oftalmólogos a nivel nacional que se reunieron para actualizar sus conocimientos y compartir su experiencia médica en el diagnóstico, control y tratamiento de las principales patologías que afectan al Segmento Anterior.

En concreto, los expertos debatieron en los siguientes módulos: “Ojo seco y Segmento Anterior”, “Optometría clínica y misceláneas” y “Cataratas y cirugía refractiva”.

El Síndrome del Ojo Seco es una patología que afecta a la córnea y la conjuntiva por la falta de lágrima o por la mala calidad de esta, lo que impide la correcta protección de la superficie ocular. Está asociada al uso intensivo de pantallas y, debido al estilo de vida

actual, está cada vez más presente en la sociedad. Hasta el momento no existía un tratamiento causal contra el Síndrome del Ojo Seco, tan solo algunas opciones para combatir sus síntomas. Sin embargo, tal como han afirmado los especialistas en el encuentro, en la actualidad se está avanzando en nuevas opciones para conseguir eliminar esta enfermedad de forma definitiva.

En el bloque sobre cataratas y cirugía refractiva se abordó la posibilidad de eliminar las cataratas y los defectos refractivos (miopía, hipermetropía, astigmatismo y vista cansada) en una sola intervención. De acuerdo al Dr. Luis Salvà, “hay casos en los que puede ser recomendable sustituir un cristalino sano por una lente intraocular que elimine los defectos de refracción, y prevenir así la aparición de cataratas en el futuro”, a través de un procedimiento conocido como ‘Lensectomía refractiva’.

El director general del Grupo Juaneda, José de Carvajal, inauguró la jornada formativa. El Dr. Luis Salvà, director médico de Oftalmedic Salvà, fue el encargado de dar la bienvenida a los participantes

así como de coordinar el módulo sobre “Optometría clínica y misceláneas”, en el cual se debatió el papel del optometrista en la clínica oftalmológica y, concretamente, en la cirugía de cataratas.

También participó en la jornada parte del equipo de Oftalmedic Salvà, en concreto expusieron sus conocimientos el Dr. Scott Anderson, el Dr. Luis García, el Dr. Diego Richards, la optometrista Xisca Arrom y la especialista en Enfermería Oftalmológica Tuané Rodríguez.

Además, el vicepresidente de Fundació Bona Llum Oftalmedic, Bartolomé Camps, y una de sus voluntarias, M^a Antonia Salvà, narraron la labor que realiza esta entidad sin ánimo de lucro, que lucha por repartir “Miradas” entre colectivos desfavorecidos a través de sus proyectos locales e internacionales.

El III Congreso Mallorca Facorefractiva se enmarca en el compromiso de Oftalmedic Salvà por la formación y actualización constantes, lo cual permite al grupo situarse a la vanguardia con las más novedosas y comprobadas técnicas y procedimientos en el campo de la Oftalmología, que se encuentra en constante evolución.



El director general del Grupo Juaneda, José de Carvajal, y el director médico de Oftalmedic Salvà, el Dr. Luis Salvà, durante la inauguración del congreso.

Algunos datos sobre el contexto del III Congreso Mallorca Facorefractiva

Cada vez más personas necesitan gafas...

- En 2050 más de la mitad de los habitantes del mundo necesitará gafas, según prevén los investigadores del Brien Holden Vision Institute (revista *Ophtalmology*, 2016).
- Según el Libro Blanco de la Visión en España 2013, casi 25 millones de españoles utilizan gafas o lentes de contacto (+53% de la población).



El estilo de vida actual dispara la prevalencia del ojo seco...

- El síndrome del ojo seco es el primer motivo de consulta al oftalmólogo.
- Afecta a entre un 15 y un 30% de la población.

- Su prevalencia está aumentando a causa del estilo de vida actual, que se caracteriza por la realización de tareas que requieren un sobre-esfuerzo visual (leer, conducir, mirar el smartphone o la pantalla del ordenador...).

ES NOTICIA

OFTALMEDIC SALVÀ

Salud visual en el trabajo

EL DR. LUIS SALVÀ OFRECE UNA SESIÓN FORMATIVA A LOS EMPLEADOS DEL GRUPO IBEROSTAR

El Dr. Luis Salvà, director médico de Oftalmedic Salvà, ofreció a los trabajadores del Grupo Iberostar una charla sobre salud visual en el trabajo bajo el título “Cuida tu vista”, en su sede de Palma. En esta sesión formativa, que se incluye en el programa de Empresa Saludable que desarrolla Iberostar, el Dr. Salvà explicó que la fatiga visual y el síndrome del ojo seco son dos afecciones oculares que se relacionan con la exposición intensiva a las pantallas, propia de los trabajos de oficina.

Fatiga visual

La aparición de la fatiga visual es consecuencia de enfocar a distancias cercanas durante mucho tiempo, como ocurre en aquellas actividades laborales que requieren el uso de pantallas, y de estar expuesto a condiciones de iluminación ambiental poco adecuadas.

En estos casos, el ojo tiene que realizar un mayor esfuerzo visual y su musculatura manifiesta más cansancio que cuando enfoca a distancias lejanas.

Síndrome del ojo seco

Es una patología que afecta a la córnea y la conjuntiva por la falta de lágrima o por la mala calidad de ésta, lo que impide la correcta protección de la superficie ocular.

La exposición continuada a dispositivos electrónicos es una de las principales causas que fomentan su aparición, ya que, sin ser conscientes, reducimos el número de parpadeos por minuto, lo que impide una lubricación correcta del ojo.

Sin embargo, el Dr. Luis Salvà explicó cómo estos dos problemas visuales derivados del uso intensivo de dispositivos electrónicos pueden mejorar si se siguen una serie de recomendaciones prácticas.

Medidas de higiene visual: Hábitos recomendados

Para adoptar unas rutinas de trabajo correctas que permitan aliviar la fatiga y el estrés visual se recomienda adoptar las siguientes medidas:



- Interrumpir la actividad haciendo pausas periódicas. Aunque no podemos evitar pasar la mayor parte de nuestra jornada de trabajo frente a una pantalla, podemos aliviar y/o retrasar estos perjuicios para la visión, siguiendo la regla del 20-20-20 (lo ideal sería apartar la mirada de la pantalla cada 20 minutos, durante 20 segundos, enfocando a una distancia de 20 pies, que equivaldría a unos 6m). Si esto no es posible, se recomienda descansar entre 3 y 5 minutos por cada hora de exposición.
- Parpadear con mayor frecuencia de manera voluntaria para hidratar nuestros ojos y reducir las probabilidades de sufrir ojo seco.
- Mantener una adecuada distancia de trabajo respecto de la pantalla de ordenador. Los especialistas aconsejan mantener una distancia mínima de 40 cm, dependiendo de la resolución y del tamaño de las pantallas para evitar dañar las células de la retina.
- Cuidar la lubricación ocular mediante el uso de lágrimas artificiales.
- También es fundamental ser consciente de la importancia de realizar revisiones oftalmológicas periódicas ante la aparición de síntomas que dificulten o comprometan la calidad visual en el trabajo (sequedad y ardor ocular, lagrimeo excesivo, sensación de arenilla, hinchazón y enrojecimiento, cefaleas tensionales, visión borrosa, visión doble, fotofobia...).

El Dr. Luis Salvà Ladaria, nuevo delegado de la Sociedad Española de Oftalmología en Baleares

LA VOTACIÓN HA TENIDO LUGAR EN EL 95º CONGRESO DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE OFTALMOLOGÍA

El Dr. Luis Salvà Ladaria, prestigioso oftalmólogo mallorquín, ha sido elegido nuevo delegado en Baleares de la Sociedad Española de Oftalmología (SEO). La votación a las candidaturas presentadas tuvo lugar el pasado mes de septiembre en el Palacio Municipal de Congresos de Madrid durante la celebración del 95º Congreso SEO, encuentro en el cual se ha renovado la Junta Directiva de esta organización.

La SEO es una sociedad médica de gran relevancia en nuestro país fundada en 1904 que agrupa a los especialistas en Oftalmología de España y contribuye de manera significativa a la mejora de la salud visual a través de la actualización de la práctica médica y de la formación continua en torno a sus congresos anuales.

La renovación de su Junta Directiva se realiza cada cuatro años, a través de votación entre sus asociados. Para garantizar una mejor implantación local, sus estatutos contemplan desde sus inicios la figura de un delegado que representa a esta sociedad en cada una de las Comunidades Autónomas españolas.

Durante los próximos cuatro años y como responsable de la Delegación de Baleares, el Dr. Luis Salvà, director médico de Oftalmedic Salvà y fundador de la Clínica Salvà, representará a los profesionales de la Oftalmología del ámbito local y elevará al órgano nacional competente los intereses e inquietudes que afectan a este colectivo.

Entre las funciones derivadas de su nuevo cargo, destacará su papel en la organización del 97º Congreso SEO, que se celebrará en el Palau de Congressos de Palma en el 2021, 33 años después de que la ciudad mallorquina acogiera este evento por última vez.



ES NOTICIA

CLÍNICA SALVÀ

El Instituto Balear de Pediatría inaugura sus nuevas instalaciones en la Clínica Salvà

El Instituto Balear de Pediatría inaugura sus nuevas instalaciones en la primera planta de la Clínica Salvà, en Camí de Son Rapinya 1.

Al acto de inauguración asistieron diferentes autoridades, la dirección y equipos de ambas entidades, colegios profesionales, asociaciones médicas y numerosos pacientes.

Con 12 consultas y una sala de juegos infantil en un total de 425 m2 de superficie, el Instituto aspira a convertirse en uno de los centros de atención materno-infantil de referencia en Baleares. El Instituto cuenta con 8 pediatras con atención continuada de 9 de la mañana a 8 de la tarde, con amplios horarios que facilitan la conciliación familiar.

Además, el Instituto ofrece un servicio de urgencias pediátricas.

Uno de los valores diferenciales del centro es su apuesta por las especialidades pediátricas para aquellos casos en los que se precise un diagnóstico o seguimiento más específico. De este modo, el Instituto cuenta con profesionales de reconocido prestigio médico en múltiples sub-especialidades pediátricas: neumología, gastroenterología, neurología, nefrología, cardiología, cirugía, dermatología, otorrinolaringología, oftalmología, psicología infantil y atención dental infantil.

A estas especialidades pediátricas se le suman también algunas específicas para adultos como ginecología, medicina estética, cirugía plástica, oftalmología o cardiología, entre otras. De esta forma, el Instituto Balear de Pediatría mantiene su vocación de ofrecer a las familias un centro integrado de alta especialización enfocado al cuidado y bienestar de la familia.



En palabras de Pedro Albertí, director del Instituto Balear de Pediatría, "nos sentimos realmente orgullosos de la culminación de este proyecto. Desde que el Instituto comenzará su andadura en 1999 hemos ido creciendo e incorporando nuevas especialidades en torno a la salud infantil, siempre basándonos en la calidad asistencial y el trato humano como fórmulas de nuestro éxito. Esto nos ha llevado a que ya hayamos superado las 120.000 visitas, y a que a día de hoy dispongamos de estas magníficas instalaciones que esperamos que resulten cómodas y agradables para nuestros pacientes".



Respecto al equipo médico del Instituto, su director ha destacado que "hemos compuesto el mejor equipo multidisciplinar posible, con más de 30 profesionales de primer nivel de toda la isla. Así, seremos capaces de ofrecer diagnósticos integrados gracias a un abordaje médico de alta especialización basado en la colaboración de las diferentes especialidades médicas. Además, complementamos con servicios médicos para adultos en el marco del cuidado y bienestar de la familia en su conjunto".

Fundació Bona Llum Oftalmedic repartirá “Miradas” entre la Fundació Patronat Obrer, con la colaboración de Obra Social “la Caixa”

La presidenta de la Fundación Bona Llum Oftalmedic, Elena Palomeque, la presidenta de la Fundació Patronat Obrer, Margarita Ferragut, y el director de Banca de Instituciones de CaixaBank en las Islas Baleares, Marc Ponsetí, firman un convenio de colaboración a través del cual Bona Llum Oftalmedic atenderá la salud ocular de aquellas personas desfavorecidas del ámbito local que, formando parte de los “Proyectos de orientación, inserción y formación”, les derive la Fundació Patronat Obrer.

La Fundació Patronat Obrer, a través de estos Proyectos, tiene el objetivo de atender la formación humana, ética, moral y religiosa y las buenas relaciones entre todas las personas, especialmente, las integrantes de colectivos de exclusión social o en riesgo de padecerla y de colectivos desfavorecidos por cualquier razón (edad, sexo o recursos).

Gracias al acuerdo de colaboración suscrito entre Bona Llum Oftalmedic, Patronat Obrer y Obra Social “la Caixa”, se atenderá la salud ocular de estas personas que forman parte de los “Proyectos de orientación, inserción y formación” de la Fundació Patronat Obrer y que no disponen de cobertura médica y/o de recursos para recibir atención sanitaria.

Esta acción se integra en el marco de la colaboración ya existente entre Fundació Bona Llum Oftalmedic y la Obra Social “la Caixa”, a través de la cual la fundación se encarga de realizar revisiones oculares periódicas a colectivos desfavorecidos de diferentes asociaciones locales (entre otras Caritas, Cruz Roja Baleares, Es



Caputxins y el Centro Fundación Rafa Nadal), así como de atender las enfermedades oculares y de facilitar las gafas graduadas pertinentes en los casos en los que sea preciso.

Por su parte, esta cooperación de la Obra Social “la Caixa” se enmarca en las actuaciones que impulsa directamente la red financiera de CaixaBank en Baleares para dar respuesta a las necesidades de su entorno más inmediato.

Cabe recalcar que la Fundación Bona Llum Oftalmedic dispone de infraestructuras, instalaciones y recursos personales y materiales propios que le permiten llevar a cabo su actividad de manera continuada. De este modo, Bona Llum mantiene activa la campaña “Una Mirada Local” de prevención y de atención de enfermedades oculares entre los colectivos que no disponen de recursos propios en el ámbito local, facilitando atención oftalmológica y optométrica.

RESOL'VEMOS' TUS DUDAS

DRA. SARA TARRÚS MONTANER
OFTALMÓLOGA DE OFTALMEDIC SALVÀ

LOS PROFESIONALES DE OFTALMEDIC SALVÀ DAN RESPUESTA A ALGUNAS DE LAS PREGUNTAS QUE CON MÁS FRECUENCIA NOS TRANSMITEN NUESTROS PACIENTES

En esta ocasión, la Dra. Sara Tarrús resuelve las dudas que más suscita la Cirugía Plástica Ocular, especialidad que se encarga de reparar las estructuras alrededor de los ojos cuando han sido dañadas, o bien rejuvenecerlas cuando los signos de la edad empiezan a ser visibles.

¿Qué problemas resuelve la Oculoplastia?

En todos los tratamientos de oculoplastia o cirugía plástica ocular se busca la mejora estética del paciente y, lo que es más importante, la recuperación de la función del ojo y de las estructuras anexas mediante la solución quirúrgica o terapéutica más indicada en cada caso.

Algunos de los principales problemas que resuelve esta especialidad son:

- Enfermedades de los párpados (blefaritis, bolsas en los párpados, párpados caídos, orzuelos y chalaziones, etc.).
- Enfermedades de las vías lagrimales.
- Enfermedades de la órbita ocular.
- Patas de gallo y arrugas en el entrecejo y la frente (bótox).

¿Por qué es importante acudir a un oftalmólogo especializado en Oculoplastia para tratar los problemas que afectan al párpado, vías lagrimales y órbita ocular?

El oftalmólogo que se dedica en exclusiva a tratar el área periocular es el especialista indicado para cuidar esta zona tan delicada del rostro, ya que, además de proporcionar la solución estética más adecuada, aporta un profundo conocimiento de la anatomía ocular y de su funcionalidad en la protección del ojo y la visión. Por esta razón, acudir a un cirujano oculoplástico es fundamental para que los tratamientos de plástica ocular consigan resultados excelentes y seguros para el paciente.

¿Qué ventajas me ofrece la blefaroplastia para poder mejorar mi aspecto?



La Dra. Sara Tarrús es licenciada en Medicina y Cirugía por la Universitat de Barcelona y especializada en Oftalmología por el Hospital Clínic de Barcelona. Es especialista en Oculoplastia, con titulación oficial en "Ophtalmic Plastic Reconstructive Surgery" Clinical Fellowship por la Universidad de Wisconsin. En la actualidad, combina la labor que desempeña desde hace más de diez años en la Unidad de Oftalmología Oculoplástica de Oftalmedic Salvà, con el trabajo en el Departamento de Oculoplastia, Órbita y Vías lagrimales del Hospital Universitario Son Espases.

Además de la corrección por razones cosméticas, es recomendable recurrir a la blefaroplastia cuando se constata que la caída excesiva de los párpados superiores llega a interferir en la visión del paciente.

Esta técnica quirúrgica, que es la más frecuente en oculoplastia, se realiza de forma ambulatoria con anestesia local, lo cual facilita la recuperación posterior.

Tengo un problema de párpados caídos, ¿cómo puedo solucionarlo?

Esta alteración de la posición normal del párpado también conocida como ptosis palpebral, consiste en el descenso del párpado superior, el cual ocasiona una disminución de la apertura ocular. Se soluciona habitualmente mediante cirugía oculoplástica, con el objetivo de tensionar el músculo de elevación del párpado que se encuentra caído para conseguir la simetría de ambos párpados.

También es posible combinar la blefaroplastia superior con la cirugía de apertura ocular. De este modo, se resuelve un problema que tiene un efecto antiestético de cansancio o sueño, a veces muy pronunciado, y también se evita que esta malposición del párpado afecte al campo visual del paciente.

¿Cuál es la importancia de las vías lagrimales?

Las vías lagrimales son el sistema de drenaje de la lágrima, es decir, su salida natural desde el ojo hacia las fosas nasales.

La película lagrimal en la superficie de los ojos es un componente indispensable para el mantenimiento de la visión. Si se produce una alteración en la película lagrimal, los pacientes padecen fundamentalmente lagrimeo, aunque también quemazón, irritación o, incluso, visión borrosa.



¿Es posible eliminar las arrugas de expresión y lucir un aspecto más rejuvenecido?

Para eliminar de manera satisfactoria las arrugas que se manifiestan en la mitad superior de la cara por la gesticulación y lucir un aspecto más rejuvenecido sin necesidad de cirugía, se puede recurrir al tratamiento con Bótox® (toxina botulínica). Este tratamiento estético permite al paciente recuperar una piel tonificada y tersa, revitalizando la expresión de su rostro.

Se trata de una técnica de aplicación sencilla, rápida y sin necesidad de anestesia, que se realiza en la consulta mediante la inyección de un medicamento compuesto por una proteína natural, que

actúa inhibiendo la contracción muscular de manera controlada y temporal. Mediante la relajación del músculo tratado se consigue reducir la aparición de las arrugas que suman años a la mirada, al tiempo que se conserva la expresividad facial.

¿Es permanente el resultado del bótox?

Los resultados de la infiltración de bótox se hacen evidentes a los pocos días y se mantienen durante unos 4-5 meses. Transcurrido este tiempo, la piel vuelve a su estado original. Por esta razón, se recomienda repetir su aplicación, siempre con moderación, y atendiendo a las indicaciones del oftalmólogo especializado en oculoplastia.

CONSEJOS

PRESUME DE SALUD VISUAL

LOS EXPERTOS DE OFTALMEDIC SALVÀ
OFRECEN ALGUNOS CONSEJOS
COTIDIANOS PARA QUE PUEDAS
PRESUMIR DE SALUD VISUAL

Salud visual en el embarazo

Durante el embarazo el cuerpo de la mujer pasa por una serie de cambios, que también afectan a sus ojos:

A partir de la semana 32 de gestación puede producirse un aumento de la miopía a causa de la retención de líquido en la córnea y el cristalino, lo cual provoca una visión más borrosa de los objetos lejanos. Sin embargo, en la mayoría de casos estos cambios son temporales y se revertirán aproximadamente tras dos meses desde el parto.

En el caso de las mujeres que tienen hipermetropía, con el embarazo pueden experimentar dificultades para leer o, incluso, para la visión lejana si desarrollan el síndrome de insuficiencia de acomodación transitoria, el cual se puede prolongar hasta el final de la lactancia.

Por último, los cambios hormonales también pueden provocar se-



que-

dad ocu-

lar. Si se opta por

el uso de gotas para aliviar

sus síntomas es recomendable consultarlo con el especialista, porque algunas soluciones pueden contener ingredientes activos no recomendables durante el embarazo.

Recomendaciones contra el Ojo Seco



El Síndrome del Ojo Seco viene determinado por una alteración en la producción de lágrima o en la calidad de esta y produce síntomas que pueden llegar a ser muy molestos, como irritación, escozor, sensación de cuerpo extraño o de pesadez en los párpados, lagrimeo... Para prevenirlos, podemos seguir las siguientes recomendaciones:

- Evitar ambientes muy secos, cerrados o con humo.
- No exponerse a viento o aire directo.
- No frotar los ojos.
- Hacer uso frecuente de lágrimas artificiales y gafas de sol.
- Mantener una buena higiene ocular.
- Realizar parpadeos frecuentes.

La detección y el tratamiento precoz del Síndrome del Ojo Seco son esenciales para el control y la prevención del daño ocular. Por ello, ante cualquier molestia o síntoma es muy importante acudir de forma inmediata al oftalmólogo.

Fracaso escolar y salud ocular

¿Sabías que el 30% de los casos de fracaso escolar en niños se asocia a problemas oculares sin resolver? Las lecciones en la pizarra, los libros de texto, los deberes... la información que les llega a nuestros hijos en la escuela lo hace de modo visual -el 80% del aprendizaje se realiza a través de los ojos-. Por tanto, una deficiencia en la visión sin corregir puede menoscabar su desarrollo tanto académico como personal. La buena noticia es que esta situación se puede prevenir con una detección temprana, y para ello es importante revisar sus ojos de forma periódica a pesar de que no se haya detectado ninguna señal de alarma.



El origen del ojo vago está en la infancia

El estrabismo desarrollado durante la infancia es la principal causa de ojo vago o ambliopía. Este puede ser evidente o, por el contrario, puede pasar desapercibido. Si no se diagnostica de forma precoz puede aumentar el riesgo de ojo vago, que se desarrolla por la diferencia de graduación de un ojo con respecto al otro.

Para saber si nuestros hijos tienen estrabismo y, por tanto, riesgo de ambliopía, debemos observar si tuercen uno de sus ojos a partir de los 6-7 meses de edad. En caso afirmativo, se deberá acudir a revisión oftalmológica.

El tratamiento de la ambliopía es eficaz siempre y cuando se detecte precozmente (desde los 3 años). A partir de los 6 años, los resultados del tratamiento son menos eficaces, motivo por el cual resulta fundamental realizar revisiones oftalmológicas periódicas.



Di sí al deporte, protegiendo tus ojos

La práctica deportiva entraña ciertos riesgos para los ojos y la visión.

Las contusiones son muy habituales en deportes con pelota, como es el caso del golf o el pádel, así como en los deportes de contacto como el boxeo o las artes marciales. En estos casos, la mejor medida preventiva es usar gafas deportivas especiales, con materiales ligeros e irrompibles.

Otros deportes como la vela o el alpinismo suponen una exposición prolongada a las radiaciones ultravioleta. En estos casos, se pueden producir lesiones de distinta índole, desde queratitis o conjuntivitis hasta lesiones en la retina. Para evitarlo es fundamental el uso de gafas de sol con filtros homologados, y es importante que ofrezcan también protección lateral y no solo frontal.

El contacto con el cloro propio de los deportes que se practican en piscina (natación, waterpolo...) puede provocar queratitis o conjuntivitis. Para evitarlo, hay que recurrir a gafas especiales de natación, que pueden incorporar graduación si se precisa, y evitar el uso de lentes de contacto.



¿Cataratas? ¿Por qué esperar?

Tratamiento definitivo

Ahora con Láser
Sin bisturí e indoloro
Tecnología única en Baleares

Sin esperas.
Financiación a su medida.



CLÍNICA SALVA

Cami de Son Rapinya n° 1 (Palma)
Telf. 971 730 055
Red Asistencial Juaneda

www.oftalmedic.com

LASERCLINIC

Rambla Rei Jaume I n° 6 (Mahacor)
Telf. 971 844 844

www.laserclinic.es

 **FTALMEDIC**
SALVÀ