

Cuidados de la visión durante el embarazo

Desde el Servicio de Oftalmología del Hospital Universitari General de Catalunya, OMIQ, nos trasladan algunos consejos sobre la visión durante el embarazo. La salud de la madre es tan importante como la del bebé en los meses de gestación y por ello, los oftalmólogos del Hospital contribuyen con sus aportaciones para que nuestras pacientes gestantes mantengan un perfecto cuidado de sus ojos.

Mantener la sequedad ocular a raya

Con frecuencia, durante el embarazo es habitual notar cierta sensación de sequedad en los ojos a causa de una disminución de la secreción lagrimal. Está causada por las fluctuaciones hormonales. Además, con el ojo seco aumenta la predisposición a sufrir infecciones como conjuntivitis o queratitis, debido a una menor calidad de la lágrima.

Se trata de una molestia que seguramente desaparecerá tras el parto, pero desde la OMIQ aconsejan sustituir las lentes de contacto temporalmente por gafas. También será de gran ayuda la administración de un colirio lubricante.

Protegerse del aumento de la sensibilidad ocular

Muchas embarazadas experimentan un aumento de la sensibilidad a la luz. Esta molestia se puede ver agravada por las migrañas, que también son más frecuentes en las futuras mamás. Para mejorar esta molestia nos proponen el uso de lentes de protección ultravioleta adecuadas.

Aliviar la hinchazón de los párpados

Algunas embarazadas sufren hinchazón en los párpados por las mañanas provocada por los cambios hormonales. Para aliviarla sugieren remedios naturales caseros como colocar en los ojos compresas de manzanilla o de agua fresca.

Revisar las dioptrías

Durante el período de gestación se produce un aumento del grosor de la córnea, que puede traducirse en un leve aumento de las dioptrías, especialmente en las mujeres que tienen miopía. Pero incluso aquellas que nunca han tenido problemas visuales pueden llegar a experimentar algo de miopía que, generalmente, vuelve a los valores anteriores tras la lactancia. Por este motivo, es recomendable revisar la vista de vez en cuando y nunca cambiar la graduación durante estos meses de embarazo y lactancia ni operarse de cirugía refractiva.

Las mujeres con miopías medias y elevadas deben tener especial cuidado y llevar un seguimiento más exhaustivo de su visión. Por esto, los ginecólogos insisten en que las mujeres embarazadas con miopía -incluso las que se han sometido a una cirugía refractiva- acudan a una revisión oftalmológica. Ello determinará el estado del ojo y, si es necesario, decantarse por un tipo de parto u otro.

Cuidados de la visión durante el embarazo

Controlar la presión intraocular

Durante el período de gestación, puede disminuir también la presión intraocular. Las mujeres con glaucoma o antecedentes de esta patología, con hipertensión o diabetes deben tener especial cuidado. Si se percibe una disminución significativa de la visión es recomendable acudir al oftalmólogo cuanto antes.

En definitiva, todas las mujeres embarazadas deberían hacerse un control oftalmológico del fondo de ojo a lo largo de todo el embarazo para prevenir posibles complicaciones derivadas del mismo.

Sobre quirónsalud

Quirónsalud es el grupo hospitalario líder en España y, junto con su matriz Fresenius-Helios, también en Europa. Cuenta con más de 40.000 profesionales en más de 125 centros sanitarios, entre los que se encuentran 50 hospitales que ofrecen cerca de 7.000 camas hospitalarias. Dispone de la tecnología más avanzada y de un gran equipo de profesionales altamente especializados y de prestigio internacional. Entre sus centros, se encuentran el Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz, Centro Médico Teknon, Ruber Internacional, Hospital Universitario Quirónsalud Madrid, Hospital Quirónsalud Barcelona, Hospital Universitario Dexeus, Policlínica de Gipuzkoa, Hospital Universitari General de Catalunya, Hospital Quirónsalud Sagrado Corazón, etc.

El Grupo trabaja en la promoción de la docencia (ocho de sus hospitales son universitarios) y la investigación médico-científica (cuenta con el Instituto de Investigación Sanitaria de la FJD, acreditado por la Secretaría de Estado de Investigación, Desarrollo e Innovación).

Asimismo, su servicio asistencial está organizado en unidades y redes transversales que permiten optimizar la experiencia acumulada en los distintos centros y la traslación clínica de sus investigaciones. Actualmente, Quirónsalud está desarrollando multitud de proyectos de investigación en toda España y muchos de sus centros realizan en este ámbito una labor puntera, siendo pioneros en diferentes especialidades como oncología, cardiología, endocrinología, ginecología y neurología, entre otras.

Para más información:
Comunicación
Pilar Rosas
93 587 93 93
65 681 16 45