

FACTORES DE RIESGO PARA LA MIOPIA



Edgar Dávila
OD. FSLs



Elise Kramer, OD,
FAAO, FSLs, FBCLA



Ariolfo Vázquez
OD. FIACLE



Ricardo Pintor,
Lic. Opt



David Piñero,
PhD



Leonardo
Orjuela, OD

El Instituto Internacional de la Miopía (IMI) se formó como resultado de la reunión en el 2015 entre la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Instituto de la Visión Brien Holden (BHVI). La meta del IMI es avanzar en la investigación sobre miopía y la educación para prevenir la ceguera en el futuro.

Uno de los productos directos del IMI son sus "White Papers" o Papeles Blancos. Estos recogen toda la investigación vigente en el tema del manejo de la miopía, lo repasan y lo convierten en artículos con referencias basadas en la evidencia. Estos artículos entonces son publicados con el propósito de que todos los proveedores de la salud visual puedan utilizarlos como referencia y guía al hacer manejo de la miopía.

El propósito de este artículo es repasar y discutir uno de los "Papeles Blancos" del 2021. El Papel Blanco en cuestión es: "Factores de riesgo para la miopía" y el artículo está basado totalmente en el Resumen Clínico del IMI sobre este.

Se sabe que la prevalencia de la miopía está en aumento, especialmente en regiones del mundo como Asia, aunque Europa y Las Américas, no se quedan atrás. Se tienen una cantidad inmensa de estudios de prevalencia en Asia y Europa, pero lamentablemente Latinoamérica está rezagada. Este aumento en la prevalencia puede ser explicado parcialmente por el aspecto genético, pero ya se sabe que los aspectos ambientales también son responsables. Este artículo los discute.

Existen diferentes tipos de factores de riesgo. Algunos se pueden modificar, pero otros no. La idea es entender y manejar los que se pueden modificar, además de poder explicarlos a padres y pacientes. También se deben conocer los que no se pueden modificar para tener un entendimiento completo de cómo estos factores afectan a los pacientes.

PRINCIPALES CONCLUSIONES DEL RESUMEN CLÍNICO DEL IMI

Existen factores de riesgo modificables. Algunos de estos están basados en la educación y el trabajo en visión próxima. A mayor magnitud o cantidad de alguno de estos, mayor aumento en la miopía.

Los ejemplos más comunes son:

- Mayor educación.
- Rendimiento académico superior.
- Inicio temprano de las presiones educativas y tareas incluso en los años preescolares.

- Uso de dispositivos digitales como ordenadores, celulares, tabletas y otros.

Algunos de estos pueden ser “más o menos modificables” y aunque cada vez se tiene más evidencia científica, todavía no se entienden totalmente los diferentes mecanismos que hacen que estos contribuyan al aumento de la miopía.

Otro factor de riesgo modificable es el tiempo al aire libre. La investigación sobre este tema y cómo esto ayuda al manejo de la miopía llevó a descubrir y comprender situaciones como las siguientes:

- El aumento del tiempo al aire libre retrasa la aparición de la miopía y podría retardar la progresión de la miopía.
- La luz del sol con su brillantez podría influenciar la liberación de dopamina de la retina, la cual inhibe el alargamiento axial.
- El aumentar el tiempo al aire libre se ha validado como intervención en el manejo de la miopía y existe suficiente evidencia científica para implementar esta actividad en los niños que asisten a la escuela. Un ejemplo de esto es el sistema de educación de Taiwán.

Otros factores de riesgo, en este caso NO modificables son aquellos que son básicos del nacimiento.

FACTOR DE RIESGO	DATA NOTABLE
EDAD	No hay diferencia notable, aunque se reportan más niñas.
ETNIA	Más prevalencia en Asia.
PADRES MIOPESES	Padres miopes, más riesgo.
ORDEN DE NACIMIENTO	Primogénitos más miopes.

Tabla 1. Factores de riesgo no modificables que surgen de nacimiento: (Adaptado del White Paper del IMI)

Estos factores de riesgo no se pueden modificar, pero es muy importante entenderlos ya que hay que tenerlos en cuenta al decidir someter a un paciente a un régimen de manejo de miopía.

Existen otros factores de riesgo que han sido discutidos y nombrados por los Papeles Blancos del IMI, entre estos algunos son modificables y otros no. Estos necesitan más estudios para ser validados.

- Estatura, inteligencia, actividad física, sueño, nivel socioeconómico, tabaquismo, dieta, diferencias urbanas versus rurales, contaminación, vivienda, ritmos circadianos, conjuntivitis alérgica, fiebre del heno, enfermedad de Kawasaki, enfermedades febriles, tratamiento de fertilidad.

LA IDEA ES ENTENDER Y MANEJAR LOS FACTORES DE RIESGO QUE SE PUEDEN MODIFICAR, ADEMÁS DE PODER EXPLICARLOS A PADRES Y PACIENTES

CONCLUSIÓN

El White Paper del IMI llamado “Factores de riesgo para la miopía” concluye de la siguiente manera:

“La educación (relacionada con el trabajo cercano intenso) y el tiempo al aire libre son los dos principales factores de riesgo causales para la miopía identificados hasta ahora. Se deben recomendar enfoques basados en la evidencia para abordar los factores de riesgo y controlar la miopía, como el aumento del tiempo al aire libre y, posiblemente, la disminución de la duración del trabajo cercano. Garantizar que los niños reciban dos horas al día al aire libre durante las horas del día, en particular en los años preescolares y de la escuela primaria temprana, está justificado por la evidencia disponible. También se recomienda limitar las tareas a estas edades”.

Al final del día, cuando se hacen intervenciones en los pacientes, estas intervenciones deben estar basadas en la evidencia científica y deben ser estudiadas y comprendidas por los proveedores de salud. Los factores de riesgo son importantes en cualquier condición o patología, pero más aún en disciplinas relativamente “jóvenes” como lo es el Manejo de la Miopía.

Para más información y hacerse miembro del IMI, puede acceder a: <https://myopiainstitute.org/>. Acá obtendrá información detallada además de poder descargar los “White Papers” del IMI en español libre de costo. 🔍



Foto tomada de: www.eurocanariasoftalmologica.com