

23 D'ABRIL, SANT JORDI

## LA LECTURA, PRIMERA VÍCTIMA DE LA PRESBÍCIA

**Començar a perdre l'afició per la lectura a partir dels 40 anys pot ser el primer símptoma de presbícia o vista cansada, un procés degeneratiu que cada vegada té més opcions de tractament i de més qualitat**

**Amb l'edat, el cristal·lí va perdent acomodació o capacitat d'enfocar a diferents distàncies, de manera que la visió de prop és la primera perjudicada**

**Barcelona, 22 d'abril de 2015./** El 23 d'abril, Dia del Llibre, és una excusa perfecta per renovar els títols de la tauleta de nit o del llibre digital. L'afició per la lectura, però, pot anar decreixent a mesura que fem anys. Aquesta pèrdua d'interès per devorar històries o reflexions no sempre respon a un canvi d'aficions o a una suposada "deixadesa", sinó que sovint està relacionada amb la [presbícia](#), un procés degeneratiu natural que afecta més del 90% de la gent que té més de 45 anys.

"És habitual que persones que superen els 40 anys comentin la seva decreixent afició per la lectura, sense identificar que el que en realitat els passa és que comencen a acusar la presbícia o vista cansada. Allò que fins aleshores feien de manera natural i inconscient –enfocar en la visió propera– suposa ara un sobreesforç per al cristal·lí, que comença a perdre capacitat d'acomodació o d'enfocament", explica el Dr. [Daniel Elies](#), especialista en còrnia i cirurgia refractiva de l'Institut de Microcirurgia Ocular (IMO) de Barcelona. Segons l'oftalmòleg, "si bé hi ha gent que identifica aquest desinterès més o menys sobtat per la lectura amb aquesta dificultat per enfocar de prop, molts no són conscients en primera instància que la presbícia els ha començat a afectar".

El primer que noten les persones amb presbícia és que les lletres "ballen" i es tornen "borroses", que cada vegada necessiten allunyar més el llibre o el dispositiu mòbil de lectura per veure bé el text i que, després de fixar la vista durant molt de temps, pateixen mal de cap.

El més habitual és que la presbícia comenci a aparèixer entre els 40 i els 45 anys, en plena edat laboral i quan, en general, encara queda molt per llegir. De vegades, explica el Dr. Elies, es tracta d'un procés "intermitent", ja que hi ha persones que noten certes dificultats per enfocar durant alguns dies, setmanes o mesos i després sembla que recuperin aquesta capacitat, però més endavant torna a empitjorar. Això passa perquè la presbícia evoluciona, en certa manera, com una pila que es va gastant i funciona intermitentment i amb menys definició. "El cas més gràfic és el de la pila de la càmera de fotos, que, quan s'està gastant, malgrat que permet seguir fent fotografies, va empitjorant-ne l'enfocament. Amb el cristal·lí, la nostra lent i zoom natural, ocorre el mateix", afirma l'oftalmòleg.

Un cop localitzat el problema, les opcions perquè ni l'afició per la lectura ni altres tasques habituals se'n ressentin són variades i cada vegada més nombroses i més efectives. La majoria de persones d'entre 40 i 50 anys amb presbícia poden seguir fent vida normal amb correcció òptica per a la visió propera. Tanmateix, la dependència de les ulleres és un handicap creixent en la nostra societat actual, on cada vegada són més els qui no volen dependre d'ulleres per a les seves tasques quotidianes.

Els constants avenços ofereixen alternatives cada vegada més efectives per abordar quirúrgicament la presbícia, fins i tot abans de l'edat especialment indicada per a això, a partir dels 50 o 55 anys. Si es planteja una intervenció abans d'aquesta edat, generalment s'aposta per tècniques reversibles, tenint en compte que la presbícia és un procés en constant evolució. "És el cas de les [lents intracorneals](#) sense correcció òptica, que només incideixen en la curvatura de la còrnia per modificar la profunditat de focus i que, d'aquesta manera, aconsegueixen combatre la dificultat d'enfocament en la visió propera típica de la vista cansada", explica el [Dr. José Luis Güell](#), coordinador del [Departament de Còrnia i Cirurgia Refractiva](#) de l'IMO. Implantades de forma pionera per l'IMO al 2012, el principal avantatge d'aquestes lents transparents i de tot just 2mm de diàmetre és la seva facilitat tant de col·locació com d'extracció, sense trauma per al pacient, en cas que el procés de presbícia així ho aconselli.

Però el tractament més habitual per a corregir la presbícia és l'implant de [lents intraoculars](#). En un petit percentatge de casos, si aquesta presbícia s'associa a algun altre problema refractiu, com hipermetropia elevada o miopia, aquesta opció pot ser indicada en la dècada dels 40, però en general es practica a partir dels 50 o 55 anys, quan el procés de la presbícia ja s'ha completat o quan la capacitat d'enfocament del cristal·lí ja és molt residual i, per tant, extreure'l per substituir-lo per una lent intraocular ja és una bona alternativa. La implantació d'una lent intraocular pseudofàquica (substitutiva del cristal·lí), mitjançant la mateixa cirurgia que es practica en pacients amb cataracta, és actualment l'opció quirúrgica més estesa per combatre la presbícia, tot i que admet opcions diverses, com per exemple el tipus de lent que s'implanta, que pot ser bifocal, per enfocar de prop i de lluny en funció de cap a on es dirigeixi la vista, o bé multifocal o acomodativa, que supleix la funció d'acomodació del cristal·lí i permet canviar l'enfocament en la visió de lluny i de prop. No obstant això, la multifocalitat requereix un temps d'adaptació per part del pacient, cosa que no sempre s'acaba aconseguint. Especialment per a aquest tipus de pacients hi ha l'opció de la [monovisió](#), que consisteix a implantar una lent per a visió de prop en un ull i una altra per a visió de lluny en l'altre.

La monovisió també pot ser una opció per a persones miops de baixa graduació i amb presbícia que vulguin prescindir d'ulleres, malgrat que en aquests pacients la presbícia, combinada amb miopia, no sol ser tan limitant. A la monovisió, explica el Dr. Güell, "l'ull emètrop (sense defectes de refracció i visualment dominant) és el que es fa servir per a la visió de lluny, i es deixa l'ull miop per veure-hi de prop". "En general, l'adaptació a aquesta situació, en individus predisposats i en condicions adequades, sol ser excel·lent i requereix correcció òptica només en algunes situacions especials, com conduir de nit o llegir lletres molt petites", afegeix l'especialista.

Actualment, s'estan desenvolupant lents fàquiques (lents intraoculars que es col·loquen entre el cristal·lí i l'iris) multifocals, una nova opció per a persones amb presbícia que volen prescindir d'ulleres sense haver d'esperar la cirurgia definitiva, amb lents pseudofàquiques. Aquest avenç suposarà una nova opció de solució transitòria, entre els 40 i els 50 o 55 anys, com la que ja ofereixen avui dia les lents intracorneals que modifiquen la profunditat de focus, o fins i tot el làser, que també es pot utilitzar en alguns casos per complir aquesta mateixa funció en pacients en els quals encara no és aconsellable extreure el cristal·lí.