

CUIDAR LOS PÁRPADOS PARA PROTEGER LA VISIÓN

Oftalmólogos de IMO destacan 5 problemas palpebrales que, más allá de tener una implicación estética, pueden comprometer la salud ocular

La especializada cirugía de los párpados engloba una gran variedad de técnicas que, en manos de expertos en oculoplástica, se indican desde bebés hasta personas de edad avanzada

Barcelona, 22 de agosto de 2018/. Corregir las “bolsas” y el exceso de piel de los párpados es uno de los motivos más frecuentes de cirugía estética. Sin embargo, los especialistas en rejuvenecimiento oculofacial y oculoplástica del Instituto de Microcirugía Ocular ([IMO](#)) recuerdan que los problemas que afectan a esta fina y delicada piel que cubre los ojos no son solo cuestión de imagen, sino que pueden dañar otras estructuras oculares –como la córnea– o poner en riesgo la visión. Estas son cinco situaciones en las que un mal estado o incorrecto funcionamiento palpebral puede repercutir de manera importante en la salud ocular:

1. Si los párpados están caídos

El envejecimiento, traumatismos, tumores, enfermedades sistémicas o alteraciones en el desarrollo embrionario, entre otros factores, pueden hacer que uno o los dos párpados superiores descendan y se encuentren más bajos de lo habitual ([ptosis palpebral](#)). Como mayor es el grado de caída, más se reduce el campo visual y, si llega a taparse parte de la pupila, la visión queda seriamente afectada. Además de la incapacidad que supone y del impacto psicológico que puede conllevar, tratarlo es especialmente importante en el caso de los [niños](#): “Si no reciben los estímulos adecuados en la etapa de desarrollo visual, su visión no alcanza todo el potencial y puede producirse un [ojo vago](#)”, destaca el [Dr. Ramón Medel](#), referente internacional en técnicas de [cirugía de ptosis](#), que aplica incluso en bebés.

2. Si no cierran completamente

Cerramos los ojos de forma constante, al acostarnos pero también cada vez que parpadeamos (cerca de 20.000 veces al día). En algunos pacientes, el [lagoftalmos](#) o imposibilidad de lograr este cierre por completo deriva en sobreexposición de la superficie ocular, lo que puede acarrear problemas de sequedad, con sus consiguientes molestias (sensación de arenilla, visión borrosa, enrojecimiento...) y posibles lesiones corneales y conjuntivales. Generalmente, el origen de la patología suele ser una [parálisis facial](#) que debilita el músculo orbicular, aunque el Dr. Medel advierte que no hay que desdeñar otras causas, “como la retracción del párpado inferior provocada por una blefaroplastia mal practicada, que puede requerir sofisticadas intervenciones como el [lifting mediofacial transconjuntival](#) para solventarse sin secuelas”.

3. Si rotan hacia adentro o hacia afuera

Junto con la ptosis y la retracción, otras malposiciones palpebrales que pueden impactar en la calidad de vida de los pacientes son el [entropión](#) (el borde palpebral se invierte contra el globo ocular) y el [ectropión](#) (se gira en dirección opuesta). En el primer caso, el contacto con las pestañas puede ocasionar complicaciones en la córnea y, de forma común en ambas alteraciones, la

superficie del ojo queda más expuesta y aumenta el riesgo de irritación y daños. Se trata de dos enfermedades –asociadas a menudo a la laxitud de los tejidos por la edad– que suelen cronificarse y progresar, cuya solución definitiva pasa por la [intervención quirúrgica](#) con más de 20 técnicas distintas en las que los cirujanos oculoplásticos de IMO son expertos.

4. Si se inflaman

La inflamación de los párpados, también conocida como [blefaritis](#), es uno de los motivos más comunes de visita al oftalmólogo y afecta a alrededor de un 30% de la población. Puede deberse tanto al exceso de grasa y a la proliferación de bacterias, como a la disfunción de las glándulas de Meibomio, que se ubican en el interior del borde palpebral y aportan el componente lipídico de la lágrima para evitar su evaporación. Por eso, “la blefaritis va asociada en la mayoría de casos al [ojo seco](#)”, aclara la [Dra. Luz María Vásquez](#), de IMO, quien añade que “la mejor estrategia para mantenerla a raya es la prevención mediante una higiene palpebral cuidadosa y regular”. Esta incluye limpiar la zona con agua y jabones neutros o toallitas específicas para párpados, así como desmaquillarse correctamente, con suavidad y sin frotar los ojos. En personas propensas, además, pueden ser de ayuda tratamientos en consulta como la [microblefaroexfoliación palpebral](#) o la [pulsación térmica](#).

5. Si las pestañas no crecen correctamente

Las pestañas, protectoras y objeto de cuidados estéticos, pueden volverse en nuestra contra si, debido a un crecimiento anómalo por múltiples causas (procesos de cicatrización, traumatismos, herpes, infecciones...), se orientan hacia el globo ocular en lugar de hacia el exterior. La Dra. Vásquez recomienda que los pacientes que sufren triquiasis, así como distiquiasis, no retrasen la visita al oftalmólogo, “ya que esta patología no solo resulta muy molesta, sino que puede generar alteraciones visuales permanentes”. Para evitar que el roce continuo de las pestañas erosione la córnea y acabe provocando cicatrices que impidan su transparencia y, por tanto, mermen la visión, existen diferentes opciones de tratamiento en consulta, con láser o cirugía.