

# Hábitos saludables para sus lentes de contacto permeables al gas


Derechos de autor reservados, 2012 AOCLE.

## ¡Felicidades por sus nuevos lentes de contacto permeables al gas!

Para asegurar el éxito continuo con sus lentes permeables al gas, repase estas indicaciones.

1. Lávese las manos minuciosamente con jabón antes de manipular sus lentes.<sup>1,2</sup>



2.  No utilice agua del grifo para limpiar y/o manejar sus lentes o limpiar el estuche.<sup>3-7</sup>

3. Las soluciones han sido específicamente elegidas para su tipo de lente. No cambie de soluciones sin haber consultado con su doctor.<sup>8-11</sup> Además, las soluciones no deben ser utilizadas más allá de la fecha de expiración.<sup>12</sup>


La solución seleccionada es \_\_\_\_\_.

4. Para mantener el uso de sus lentes cómodamente, frote los lentes con la solución recetada para remover proteínas, aceites y el maquillaje.<sup>13, 17</sup>

5. Evite usar las soluciones de marcas genéricas. Estas son a menudo formulaciones de soluciones viejas y pueden no ser compatibles con su tipo de lentes.<sup>18-21</sup>

6. Siempre mantenga la botella de las soluciones tapada.<sup>1, 22</sup>



7.  ¿Usted quiere tomar una siesta o dormir con sus lentes? Pregunte a su doctor si sus lentes están diseñados para ese tipo de uso. Dormir en sus lentes, si no están recetados para esto, aumenta el riesgo de infecciones oculares.<sup>25, 29</sup>

8. Debe guardar cualquier par de lentes extra en seco, hasta que los vaya a utilizar. Luego lave los lentes y guárdelos en la solución desinfectante durante la noche antes de utilizarlos.<sup>30</sup>

9. Pregunte a su doctor si los lentes deben ser removidos antes de utilizar cualquier tipo de gota (medicamentos o lágrimas artificiales).<sup>31-33</sup>



10. Limpie el estuche con la solución recetada y déjelo secar destapado y boca abajo sobre una toalla de papel. Se recomienda reemplazar su estuche por lo menos cada 3 meses.<sup>2, 34-38</sup>



11. Vacíe totalmente la solución del estuche de sus lentes todos los días. Nunca agregue más solución al estuche si ya hay solución en él.<sup>16, 35, 39, 40</sup>



12. El uso saludable de sus lentes no debe causar ojo rojo, incomodidad o disturbios visuales. Si nota algún problema, remueva sus lentes inmediatamente y consulte con su profesional de la salud visual.<sup>41, 42</sup>

13. Su doctor ha seleccionado un programa de uso y reemplazo para usted. Es importante que lo siga.<sup>43-45</sup>

Su próxima evaluación del lente de contacto es:

\_\_\_\_\_

Sus lentes de contacto deben ser reemplazados cada:

- 3 mes  9 meses  1 año  
 Cuando sea necesario

# Referencias

1. Szczotka-Flynn LB, Pearlman E, et al. Microbial contamination of contact lenses, lens care solutions, and their accessories: a literature review. *Eye & Contact Lens* 2010;36(2):116-129.
2. Wu Y, Carnt N, et al. Contact lens user profile, attitudes and level of compliance to lens care. *Cont Lens Ant Eye* 2010;33(4):183-188.
3. Shoff ME, Joslin CE, et al. Efficacy of contact lens systems against recent clinical and tap water acanthamoeba isolates. *Cornea* 2008;27(6):713-719.
4. Joslin CE, Tu EY, et al. The association of contact lens solution use and Acanthamoeba keratitis. *Am J Ophthalmol* 2007;144(2):169-180.
5. Booton G, Joslin CE, et al. Genotypic identification of acanthamoeba sp. Isolates associated with an outbreak of acanthamoeba keratitis. *Cornea* 2009;28(6):673-676.
6. Amos CF, George MD. Clinical and laboratory testing of silver-impregnated lens case. *Cont Lens Ant Eye* 2006;29(5):247-255.
7. Hall BJ, Jones L. Contact lens cases: the missing link in contact lens safety? *Eye & Contact Lens* 2010;36(2):101-105.
8. Keir A, Woods CA, et al. Clinical performance of different care systems with silicone hydrogel contact lenses. *Cont Lens Ant Eye* 2010;33:189-195.
9. Carnt N, Evans V, et al. IER Matrix update: adding another silicone hydrogel. *Contact Lens Spectrum* 2008;23(3):4-43.
10. Andrasko G, Ryan K. Corneal staining and comfort observed with traditional and silicone hydrogel lenses and multipurpose solution combinations. *Optometry* 2008;79(8):444-454.
11. Jones L, McDougail N, et al. Asymptomatic corneal staining and comfort observed with the use of balafilcon silicone-hydrogel contact lenses disinfected with a polyaminopropyl biguanide-preserved care regimen. *Optom Vis Sci* 2002;79(12):753-761.
12. [www.fda.gov/NewsEvents/Newsroom/PressAnnouncements/2009/ucm167187.htm](http://www.fda.gov/NewsEvents/Newsroom/PressAnnouncements/2009/ucm167187.htm).
13. Sluh KL, Hu J, Sibley M. The microbiological benefit of cleaning and rinsing contact lenses. *Int Contact lens Clin* 1985;12:135-142 (check pg numbers).
14. Henry VA. The role of compliance. *Rev Cornea & Contact Lenses*, 2009(10):27-32.
15. Rosenthal RA, Henry CL, Schlech BA. Contribution of regimen steps to disinfection of hydrophilic contact lenses. *Contact Lens & Anterior Eye* 2004;27(3):149-156.
16. Butcko V, McMahon TT, Joslin CE, Jones L. Microbial keratitis and the role of rub and rinsing. *Eye & Contact lens* 2007;33(6):421-423.
17. Cho P, Cheng SY, Chan WY, Yip WK. Soft contact lens cleaning: rub or no rub? *Ophthalmol Physiol Opt* 2009;29(1):49-57.
18. Wu Y, Carnt N, et al. Contact lens and lens storage case cleaning instructions: Whose advice should we follow? *Eye & Contact Lens* 2010;36(2):68-72.
19. Gromacki S. The truth about generics. *Contact Lens Spectrum* 2005;20(12):24.
20. Gromacki S. Solution confusion. *Rev of Cornea & Contact Lenses (Rev Optom suppl)*;147(1).
21. Ward MA. How private label solutions affect your practice. *Contact Lens Spectrum* 2006;21(3):25.
22. Collins M, Coulson J, et al. Contamination of disinfection solution bottles used by contact lens wearers. *CLAO J* 1994;20(1):32-36.
23. Cho P, Cheung S. Napping in contact lenses-an underestimated risk. *Contact Lens Spectrum* 2010;25(2).
24. Dumbleton K. Adverse events with silicone hydrogel continuous wear. *Cont Lens Ant Eye* 2002;25:137-146.
25. Schein, O.D., et al., The relative risk of ulcerative keratitis among users of daily-wear and extended-wear soft contact lenses. A case-control study. Microbial Keratitis Study Group. *N Engl J Med* 1989;321(12):773-8.
26. Poggio, E.C., et al., The incidence of ulcerative keratitis among users of daily-wear and extended-wear soft contact lenses. *N Engl J Med* 1989;321(12): 779-83.
27. Cheng, K.H., et al., Incidence of contact-lens-associated microbial keratitis and its related morbidity. *Lancet* 1999;354(9174):181-5.
28. Schein, O.D., et al., The incidence of microbial keratitis among wearers of a 30-day silicone hydrogel extended-wear contact lens. *Ophthalmology* 2005; 112(12):2172-9.
29. Dart JK, Radford CF, Minassian D, Verma S, Stapleton F. Risk factors for microbial keratitis with contemporary contact lenses: a case-control study. *Ophthalmology* 2008;115:1647-54.
30. Bennett ES, Wagner H. Rigid lens care and patient education. In Bennett ES, Weissman BA. *Clinical Contact Lens Practice* Philadelphia, Lippincott Williams & Wilkins, 2005:277-294.
31. Tabuchi N, Watanabe T, et al. Adsorption of actives in ophthalmological drugs for over-the-counter on soft contact lens surfaces. *J Oleo Sci* 2009;58(1):43-52.
32. Kading D. A two-week clinical evaluation of the safety of systane ultra in contact lens-wearing patients. *Clin Ophthalmol* 2010;4:27-32.
33. Nichols J, Sinnott L, et al. Hydrogel contact lens binding induced by contact lens rewetting drops. *Optom Vis Sci* 2008;85(4):236-240.
34. Yung A, Boost M, et al. The effect of compliance enhancement strategy(self-review) on the level of lens care compliance and contamination of contact lenses and lens care accessories. *Clin Exp Optom* 2007;90(3):190-202.
35. [www.fda.gov/MedicalDevices/ProductsandMedicalProcedure/HomeHealthandConsumer/ConsumerProducts/Contactlenses/](http://www.fda.gov/MedicalDevices/ProductsandMedicalProcedure/HomeHealthandConsumer/ConsumerProducts/Contactlenses/)
36. Willcox M, Carnt N, et al. Contact lens case contamination during daily wear of silicone hydrogels. *Optom Vis Sci* 2010;87:456-464.
37. Wu Y, Zhu H, et al. Impact of air-drying lens cases in various locations and positions. *Optom Vis Sci* 2010;87:465-468.
38. Wu YT, Zhu H, Willcox M, Stapleton F. Removal of biofilm from contact lens storage cases. *Invest Ophthalmol Vis Sci* 2010;51(12):6329-6333.
39. Proenca-Pina J, Ssi Yan Kai I, et al. Fusarium keratitis and endophthalmitis associated with contact lens wear. *Int Ophthalmol* 2010;30(1):131-139.
40. Kilvington S, Powell CH, Lam A, Lonnen J. Antimicrobial efficacy of multi-purpose contact lens disinfectant solutions following evaporation. *Cont Lens Ant Eye* 2011;Mar 8 (Epub ahead of print).
41. FDA Consumer Health Information. "Focusing on contact lens safety" [www.fda.gov/consumers/features/contactlens1107.html](http://www.fda.gov/consumers/features/contactlens1107.html). Accessed 4/08/2011.
42. Kame RT. Clinical management of hydrogel-induced edema. *Am J Optom Physiol Opt* 1976;15:61-63.
43. Dumbleton K, Richter D, et al. Compliance with contact lens replacement in Canada and the United States. *Optom Vis Sci* 2010;87(2):131-139.
44. Dumbleton K, Woods C, et al. Comfort and vision with silicone hydrogel lenses: effect of compliance. *Optom Vis Sci* 2010;87(6): 421-425.
45. US Food and Drug Administration: [www.fda.gov/medicaldevices/productsandmedicalprocedures/homehealthandconsumer/consumerproducts/contactlenses/default.htm](http://www.fda.gov/medicaldevices/productsandmedicalprocedures/homehealthandconsumer/consumerproducts/contactlenses/default.htm). Accessed 2/20/2011.