

LES LESIONS OCULARS MÉS COMUNS A LA PRÀCTICA ESPORTIIVA

5 juliol, 2017



Les lesions als ulls més comuns són les causades per un trauma (impacte) directe, les lesions penetrants i les lesions per radiació per causa dels raigs solars.

TRAUMA DIRECTE:

Quan l'ull rep un cop. Sense dubte, és la representació més clara de les lesions oculars a l'esport. L'impacte d'una pilota, un cop de colze,... El grau de la lesió ocular depèn de la mida, la duresa i la velocitat de l'objecte contundent, així com de la força que s'aplica directament a l'ull. Un impacte brusc obliga a que l'ull retrocedeixi dins de la seva cavitat, danyant-se probablement les estructures superficials i les de la part posterior de l'ull (retina i nervis). Un impacte d'aquesta magnitud pot trencar fins i tot els ossos que envolten a l'ull. Els blaus a l'ull i en la parpella (un ull negre) fan mal efecte, però solen ser lesions menys greus.

Síntomes:

A les primeres 24 hores posteriors a una ferida ocular, la sang que es vessa sota la pell que envolta a l'ull, generalment produeix un hematoma (contusió), comunament anomenat "ull negre". Si un vas sanguini de la superfície de l'ull es trenca, aquesta zona es tornarà vermella. Aquesta hemorràgia sol ser de menor importància.

Les lesions a la part interna de l'ull són generalment més greus. L'hemorràgia a la càmera frontal de l'ull és

potencialment greu i requereix l'atenció de l'oftalmòleg.

Inicialment, el despreniment de retina pot crear imatges de formes irregulars flotant o centelleigs lluminosos i pot provocar una visió borrosa; més endavant la visió empitjora molt. En les lesions greus, el globus ocular pot trencar-se.

Tractament:

El gel ajuda a reduir la inflamació i alleuja el dolor del ull negre. Durant el segon dia, les compreses tibies poden ajudar a que el cos absorbeixi l'excés de sang que s'ha acumulat.

En el cas d'una laceració de l'ull (ferida superficial), poden administrar-se sedants a més a més d'altres medicaments que mantinguin la pupil·la dilatada per evitar una infecció. En general s'utilitza una protecció de metall per protegir l'ull d'una lesió posterior.

Qualsevol pacient amb hemorràgia interna en l'ull provocada per un traumatisme haurà de guardar repòs al llit.

Ha d'evitar-se qualsevol medicació que contingui aspirina, perquè aquesta pot incrementar l'hemorràgia interna de l'ull.

LESIONS PENETRANTS

Succeeix quan alguna cosa talla dins de l'ull. Aquestes lesions són poc freqüents. Malgrat siguin de poca importància, algunes (perforació de la còrnia o una esgarrinxada a la còrnia) poden ser greus.

La lesió orbitària per cos estrany es produeix quan alguna cosa s'introdueix en la còrnia o en l'òrbita de l'ull.

Les abrasions o lesions cornials es produeixen quan un objecte estrany penetra en l'ull i aranya la còrnia (part central clara de l'ull que cobreix l'iris). La ferida pot estar causada per una ungla, una lent, o un cos estrany.

Síntomes:

Una ferida a la superfície ocular generalment provoca dolor i la sensació de que hi ha alguna cosa dins de l'ull. Tanmateix pot produir sensibilitat a la llum, enrogiment, hemorràgia dels vasos de l'ull o inflor de l'ull i de la parpella. La visió pot tornar-se borrosa. Llagrimeig.

Tractament:

Els cossos estranys dins de l'ull s'han d'extreure. En general aquest cos estrany pot extraure's mitjançant una gasa de cotó estèril humida. En ocasions es possible fer-ho sortir amb aigua esterilitzada.

Si el cos estrany ha produït una petita abrasió superficial a la còrnia, una pomada amb antibiòtic aplicada durant varius dies pot ser tot el tractament necessari. Les abrasions de la còrnia més greus requereixen un tractament addicional. Afortunadament, les cèl·lules superficials de l'ull es regeneren amb rapidesa.

LESIONS PER RADIACIÓ

Són causades per exposició a la llum ultraviolada dels raigs solars. Aquestes lesions són més comuns en els esports com l'esquí, i esports aquàtics en general. Entre els **síntomes** figuren el dolor, foto sensibilitat, vermellor i sensació de cos estrany. La retina patia solar es produeix al mirar prolongadament al sol. El símptoma primari és una reducció de l'agudesia visual.

ALTRES LESIONS OCULARS:

INFLAMACIÓ I HEMORRÀGIA DE LA CONJUNTIVA

L'ull és relativament resistent a la irritació, però, per exemple, els que practiqueu a més a més del futbol, la natació, es poden presentar inflamacions de la conjuntiva degut al cloro de l'aigua de les piscines. La molèstia també

pot desencadenar-se per hipersensibilitat o sobreexposició a la llum solar.

És inofensiu i els problemes s'alleugen amb col·liri. Els nadadors poden prevenir el procés utilitzant ulleres protectores. L'hemorràgia de la conjuntiva no es freqüent tres un cop en l'ull, i quan així és no sol ser greu. Desapareix espontàniament passats uns dies o setmanes.

Si s'afecta la vista, s'haurà de consultar a un metge.

DESPRENDIMENT DE RETINA

La retina, és a dir, la capa posterior de l'ull de la que depèn la visió, pot desprendre's per un cop fort a l'ull. S'ha de sospitar si la persona afectada presenta alteració de la visió amb un camp limitat.

La lesió haurà de ser examinada per un metge.