



## ARTÍCULO ORIGINAL CUALITATIVO

### AFECCIONES OCULARES Y ESTRÉS

### OCULAR CONDITIONS AND STRESS

Autores: Aniuska Pérez Fernández, <sup>1</sup> Inalvis Suarez Cuza, <sup>2</sup> Regla María Zazo Enríquez. <sup>3</sup>

<sup>1</sup>Licenciada en Tecnología de la Salud, perfil Optometría y Óptica. Aspirante a Investigador. Profesor Instructor. Instituto Cubano Oftalmológico Ramón Pando Ferrer. La Habana. Cuba. Correo electrónico: [perezfernandezaniuska@gmail.com](mailto:perezfernandezaniuska@gmail.com)

<sup>2</sup>Licenciada en Tecnología de la Salud, perfil Optometría y Óptica. Aspirante a Investigador. Profesor Instructor. Instituto Cubano Oftalmológico Ramón Pando Ferrer. La Habana. Cuba. Correo electrónico: [inalvissc@infomed.sld.cu](mailto:inalvissc@infomed.sld.cu)

<sup>3</sup>Licenciada en Tecnología de la Salud, perfil Optometría y Óptica. Profesor Instructor. Instituto Cubano Oftalmológico Ramón Pando Ferrer. La Habana. Cuba. Correo electrónico: [reglazazo136@gmail.com](mailto:reglazazo136@gmail.com)

#### RESUMEN

*Introducción:* la pandemia de la COVID-19 en Cuba y en el mundo ha puesto de manifiesto una nueva forma de comportarse y de convivir. Son diversos los efectos a nivel socioeconómico que se derivan de la pandemia, en el que se incluye un inevitable detrimento de la salud psicológica que genera muchas situaciones de estrés. *Objetivo:* explicar el estrés causado por la pandemia que provoca un aumento en las patologías oculares. *Desarrollo:* cabe destacar que el estrés continuo, generado por la pandemia, los niveles elevados de cortisol tienen un impacto negativo en el ojo, el cerebro debido al desequilibrio del sistema nervioso autónomo (simpático) y la desregulación vascular. *Conclusiones:* se explicó que el estrés causado por la pandemia aumenta un 15 % las patologías oculares: Mioquimias, Blefaritis y CSC. El pronóstico de resolución, recuperación visual en pacientes que las presentan es bueno, por lo que la observación, la gestión del estrés del paciente se consideran el mejor tratamiento.

**Palabras clave:** Covid-19, estrés, mioquimias, blefaritis, coroidopatía serosa central

#### ABSTRACT

*Introduction:* the COVID-19 pandemic in Cuba and in the world has revealed a new way of behaving and living together. There are several socioeconomic effects derived from the pandemic, including an inevitable detriment of psychological health that generates many stressful situations. *Objective:* to explain the stress caused by the pandemic that leads to an increase in ocular pathologies. *Development:* it should be noted that continuous stress, generated by the pandemic, elevated cortisol levels have a negative impact on the eye, the brain due to the imbalance of the autonomic nervous system (sympathetic) and vascular dysregulation. *Conclusions:* it was explained that the stress caused by the pandemic increases by 15 % the ocular pathologies: Myokymia, Blepharitis and CSC. The prognosis of resolution, visual recovery in patients who present them is good, so the observation and stress management of the patient are considered the best treatment.



## ARTÍCULO ORIGINAL CUALITATIVO

**Keywords:** Covid-19, stress, myokymia, blepharitis, central serous choroidopathy.

### INTRODUCCIÓN

Las crisis epidémicas son caracterizadas por el surgimiento de enfermedades transmisibles y contagiosas, con rápida capacidad de distribución geoespacial, la cual genera importante índice de morbilidad. En el cuadro histórico de la humanidad, las epidémicas siempre han estado presentes, deja como producto final el surgimiento de nuevas enfermedades, secuelas en el ámbito social, económico y político, además de un considerable número de fallecidos.<sup>1</sup>

La COVID-19, nueva epidemia reconocida el 12 de enero del 2020 por la Organización Mundial de la Salud (OMS), es la más reciente manifestación del coronavirus. Se relaciona con el surgimiento de cuadros clínicos más agudos y graves, por ejemplo, el síndrome respiratorio agudo severo (SARS-CoV-2),<sup>2,3</sup> presenta diferentes síntomas, los pulmones, los principales órganos afectados.<sup>4,5</sup>

Esta nueva pandemia, es un desastre de origen sanitario en Cuba según la Directiva No. 1 del Consejo de Defensa Nacional (CDN).<sup>6</sup> Son diversos los efectos a nivel socioeconómico que se derivan de la pandemia, en el que se incluye un inevitable detrimento de la salud psicológica, generándose muchas situaciones de estrés.<sup>7</sup>

Esta respuesta es necesaria, positiva para poder reaccionar y adaptarse a los cambios de la vida. Sin embargo, al ser percibidas situaciones amenazantes, al producirse un acontecimiento que hace pensar que va a poner en riesgo el bienestar o el estrés se convierte en crónico, entonces, puede repercutir de forma negativa en la salud.<sup>8-10</sup>

Los mecanismos internos que se ponen en marcha afectan a todo el organismo; esto incluye por supuesto, los ojos. La pertinencia social del estudio de la influencia de la infección por Covid-19 sobre el sistema ocular se revela por los números de artículos publicados en relación con el daño ocular en el curso de esta infección.<sup>8-10</sup>

Según el grado de estrés sufrido, de duración en el tiempo y de las características de cada individuo, las manifestaciones a nivel ocular varían, la Mioquimias, Blefaritis y Coroidopatía Serosa Central son las más frecuentes e importantes. El objetivo del presente artículo, es explicar el estrés causado por la pandemia que provoca un aumento en las patologías oculares.

### DESARROLLO

La COVID-19 ha traído innumerables efectos colaterales en todos los ámbitos, al empezar por la salud de quienes han padecido el virus. La OMS al declarar la pandemia, tuvo un impacto psicológico en la población mundial con consecuencias en la salud física-mental, caracterizadas por incertidumbre, insomnio, ira, temor, trastornos de ansiedad, depresión, somatización y un gran estrés.<sup>11</sup>

La pandemia ha cambiado la vida de las personas. Incertidumbre, rutinas alteradas, presiones económicas, aislamiento social y temor a enfermarse. Esta situación se agrava ante el desconocimiento de cuánto tiempo durará y qué puede traer el futuro.<sup>11</sup> El exceso de información y



## ARTÍCULO ORIGINAL CUALITATIVO

los rumores infundados pueden hacer que se sientan sin control y que no tengan claro qué hacer. Por esta causa, los individuos sienten sensación de: estrés, ansiedad, miedo, tristeza, y soledad.<sup>11</sup> Grau y colaboradores,<sup>12</sup> consideran el estrés desde el enfoque transaccional. Es "un proceso de interacción entre individuo y entorno, que se produce en el momento que el sujeto evalúa situaciones de la vida como amenazantes o desbordantes de los recursos, y que puede poner en peligro el bienestar".

El brote de la COVID-19 resulta estresante para muchas personas. El temor y la ansiedad que causa esta enfermedad pueden ser agobiantes y generar emociones fuertes en la población.<sup>12</sup> Es significativo decir que la pandemia y el confinamiento pueden desencadenar un importante estrés emocional que se precisa conocer para poder ayudar a mitigarlo.<sup>13</sup>

Si bien las enfermedades mentales afectan a gran parte de la población durante y después de la cuarentena, existen los siguientes estresores, que son parte de esta experiencia. Pueden generar estos cuadros: el período de duración de la cuarentena, el miedo de infectarse o infectar a otros, la frustración o aburrimiento debido al confinamiento o pérdida de rutina, la pérdida de contacto social y físico con otros.<sup>13</sup>

Cabe destacar que el estrés continuo, generado por la pandemia, los niveles elevados de cortisol tienen un impacto negativo en el ojo, el cerebro debido al desequilibrio del sistema nervioso autónomo (simpático) y la desregulación vascular. De esta forma, el estrés por la pandemia provoca un aumento en un 15 % de las patologías oculares dentro de ellas: Mioquimias, Blefaritis y Coroidopatía Serosa Central.<sup>14</sup>

Por lo que se refiere a las Mioquimias, son contracciones involuntarias, finas y de carácter ondulante o vermicular que se propagan a través del músculo estriado afectado.<sup>15</sup> Se producen por activaciones simultáneas o secuenciales de una, dos o múltiples unidades motoras de un músculo.

Las Mioquimias afectan a la cara, el músculo más común afectado es el orbicular del ojo, traducándose en la parte externa en pequeñas contracciones visibles de una porción del párpado, habitual en el inferior. Las mioquimias palpebrales (MP) suelen ser transitorias autolimitándose en unos pocos días y presentarse en jóvenes sanos sin ninguna patología asociada.<sup>13-15</sup>

Las mioquimias palpebrales suelen producirse en jóvenes sanos y estar asociadas a estados de estrés, fatiga, ejercicio o exceso de cafeína.<sup>15</sup> Rara vez se asocia a patologías subyacentes o progresan extendiéndose a otros músculos de la cara.

Son unilaterales y transitorias presentándose en episodios de varios minutos de duración durante pocos días o semanas. Es muy infrecuente que persistan de manera continua en meses y, aún en este caso, se piensa que son de naturaleza benigna.<sup>15</sup> No obstante, la evidencia existente es escasa. Solo hay un estudio que ha evaluado las MP persistentes a largo plazo.<sup>15</sup>

Con respecto a la Blefaritis, es una afección ocular frecuente y se encuentra entre las tres primeras causas de infección en Oftalmología.<sup>16</sup> Se especifica una inflamación bilateral crónica de los bordes palpebrales<sup>17</sup> que induce picazón, quemazón, sensación de arenilla, enrojecimiento e incluso visión borrosa, llega a ser muy molesta. Al igual que la fatiga ocular, es asociada con la sequedad ocular.<sup>18</sup>



## ARTÍCULO ORIGINAL CUALITATIVO

Se estima que entre 10 y 20% de la población presenta sequedad ocular, en poblaciones orientales se puede elevar a 33%,<sup>15</sup> que uno de cada cuatro pacientes que acude a consulta presenta síntomas de enfermedad de la superficie ocular.<sup>19</sup> La Blefaritis tiene elevada incidencia y frecuentes complicaciones.

Dentro de las complicaciones oftalmológicas de la Blefaritis se encuentran: madarosis, poliosis, triquiasis, distiquiasis, tilosis, foliculitis, chalazión, orzuelos, conjuntivitis papilar crónica, entropión y ectropión. Las complicaciones corneales también son habituales, queratopatía punteada, queratoconjuntivitis seca, infiltrados catarrales, flictenulas, ulceraciones y formación de pannus.<sup>16</sup>

Sin dudas la Blefaritis es una causa significativa de morbilidad ocular por estrés. Existen alteraciones que pueden favorecer que la blefaritis por estrés se intensifique, encontrándose: las patologías de la piel, las infecciones bacterianas, los parásitos o la disfunción de las glándulas de Meibomio.<sup>18</sup>

Es una enfermedad crónica que se puede controlar, pero no curar, el tratamiento resulta complejo. Son tratadas por largos períodos de tiempos, sobre todo si hay patologías asociadas y complicaciones. La respuesta terapéutica puede ser muy variable.<sup>16, 17</sup>

En relación con la Coroidopatía Serosa Central (CSC) o Maculopatía Serosa Central, es una patología del segmento posterior, que se caracteriza por desprendimientos serosos localizados de la retina neurosensorial, asociados con desprendimientos focales del epitelio pigmentario (EPR).<sup>20</sup>

Se trata de una patología coriorretiniana que aún no se comprende de forma total, con asociaciones sistémicas, etiología multifactorial y patogénesis compleja.<sup>20</sup> Afecta a hombres jóvenes sin otras patologías sistémicas asociadas, sintomatología: visión borrosa, metamorfopsia, micropsia, escotoma central relativo, percepción anormal del color, sensibilidad al contraste y también puede ser asintomática.<sup>20</sup>

El rango de edad de presentación es de 40 hasta 45 años, aunque se han descrito casos en pacientes jóvenes y en mayores de 60 años. La afectación bilateral puede alcanzar hasta el 40%, aunque en el momento del diagnóstico es mucho más baja (4%). En los pacientes mayores de 50 años, presenta con más frecuencia afectación bilateral, es más probable que se presenten formas crónicas de epiteliopatía difusa, neovascularización secundaria.<sup>20</sup>

La mayoría de los casos que padecen CSC son personas con personalidad Tipo A. Personas muy competitivas e implicadas en lo laboral, con niveles altos de estado de alerta, angustia, poca tolerancia a la frustración, que utilizan estrategias erróneas para afrontar las situaciones estresantes, que responden al estrés de manera fisiológica y de forma agresiva u hostil.<sup>20</sup>

La Coroiditis Serosa Central es la cuarta enfermedad de la retina más frecuente, uno de los factores principales que provocan este problema oftalmológico es el estrés emocional. Por ejemplo, el generado por la pandemia al tomar las medidas extraordinarias: distanciamiento social, la cuarentena voluntaria y el aislamiento voluntario para minimizar el aumento acelerado de contagios.

La CSC tiene un pronóstico visual bueno, excepto en los casos crónicos y recurrentes. La mayoría de los ojos con CSC (80 hasta 90 %) experimentan reabsorción espontánea del líquido en un plazo



## ARTÍCULO ORIGINAL CUALITATIVO

de 3 a 4 meses. Se produce la recuperación de la agudeza visual, aunque se puede tardar hasta un año.

Entre el 40 hasta 50 % de los ojos sufren una o más recurrencias. Un pequeño grupo de pacientes puede tener una mala evolución visual. Las directrices terapéuticas actuales indican que se debe hacer un seguimiento de estos pacientes al menos durante 3 hasta 4 meses y solo deben ser tratados (fotocoagulación con láser o terapia fotodinámica) en los casos en que:

- El desprendimiento seroso persiste más de 3 hasta 4 meses
- Defectos visuales por episodios previos
- Signos crónicos
- Necesidad ocupacional
- 

En efecto, el estrés puede causar esta afección, que también puede estar asociada al embarazo o a circunstancias hormonales. Esta suele tener un curso breve, el paciente recupera la visión, pero puede quedar secuela, una leve reducción de la sensibilidad a los colores. Aunque desaparece de manera progresiva, es conveniente reducir los niveles de estrés para lograr controlarlo y evitar los efectos en la salud física y mental.

### CONCLUSIONES

Se explicó que el estrés causado por la pandemia aumenta un 15 % las patologías oculares: Mioquimias, Blefaritis y CSC. El pronóstico de resolución, recuperación visual en pacientes que las presentan es bueno, por lo que la observación, la gestión del estrés del paciente se consideran el mejor tratamiento.

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Peláez O, Más P. Brotes, epidemias, eventos y otros términos epidemiológicos de uso cotidiano. Rev Cub Salud Púb. [Internet] 2020 [acceso 22/05/2020];46(2):12-20. Disponible en: <http://www.revsaludpublica.sld.cu/index.php/spu/article/view/23582>
2. Sun P, Lu X, Xu C, Sun X, Pan B. Understanding of COVID-19 based on current evidence. J Med Virol. [Internet] 2020[acceso 22/05/2020]; 92(1): 548-551. Disponible en: <https://doi.org/10.1002/jmv.257223>
3. Palacios M, Santos E, Velázquez MA, León M. COVID-19, una emergencia de salud pública mundial. Rev Clin Esp. [Internet] 2020 [acceso 22/05/2021] Disponible en: 10.1016/j.rce.2020.03.0014
4. Ahmad A, Rehman MU, Alkharfy KM. An alternative approach to minimize the risk of coronavirus (Covid-19) and similar infections. Eur Rev Med Pharmacol Sci. [Internet] 2020 [acceso 22/05/2021]; 24(7):4030-34. Disponible en: 10.26355/eurrev\_202004\_20873
5. Yi-Chi W, Ching-Sung C, Yu-Jiun C. The outbreak of COVID-19: an overview. J Chin Med Assoc. [Internet]. 2020.; 83(3):217-220. Disponible en: 10.1097/JCMA.0000000000000270
6. Lorenzo-Ruiz A, Díaz-Arcaño K, Zaldívar-Pérez D. La psicología como ciencia en el afrontamiento a la COVID-19: apuntes generales. Rev Anales de la Academia de Ciencias de Cuba. [Internet] 2020 [acceso 15/06/2020]; 10(2): 16-26. Disponible en: <http://www.revistaccuba.cu/index.php/revacc/article/view/8399>
7. Ausín B, González-Sanguino C, Castellanos MA, López-Gómez A, Saiz J, Ugidos C. Estudio del impacto psicológico derivado del covid-19 en la población española (psi-covid-19). Rev



## ARTÍCULO ORIGINAL CUALITATIVO

- Infocop. [Internet] 2020 [acceso 13/04/2020]: 31-40. Disponible en: [http://www.infocop.es/view\\_article.asp?id=8833](http://www.infocop.es/view_article.asp?id=8833)
8. Li JPO, Lam DSC, Chen Y, Ting DSW. Novel Coronavirus disease 2019 (COVID-19): The importance of recognising possible early ocular manifestation and using protective eyewear. BrJ Ophthalmol [Internet] 2020 [citado 9 Ago 2020]; 104(3):297-8. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.1136/bjophthalmol-2020-315994>
  9. Cheema M, Aghazadeh H, Nazarali S, Ting A, Hodges J, McFarlane A, Kanji JN, Zelyas N, Damji KF, Solarte C. Keratoconjunctivitis as the initial medical presentation of the novel coronavirus disease 2019 (COVID-19). Can J Ophthalmol [Internet] 2020 [citado 9 Ago 2020]; S0008-4182(20)30305-7. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.1016/j.jcjo.2020.03.003>
  10. Ping W, Fang D, Chunhua L, Qiang L, Qu X, Liang L, et al. Characteristics of ocular findings of patients With Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) in Hubei province, China. JAMA Ophthalmol [Internet] 2020 [citado 9 Ago 2020]; 138(5):575-578. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1001/jamaophthalmol.2020.1291>
  11. Bonilla K, Dhama K, Rodriguez AJ. Revisiting the One Health Approach in the Context of COVID-19: A Look into the Ecology of this Emerging Disease. Adv Anim Vet Sci. 2020; 8(3):234-7.
  12. Grau JA, Cobián AE. El control del estrés y la ansiedad ante la pandemia por COVID 19. Mochila COVID-19. [Internet] 2020 [acceso 17/06/2021];(14). Disponible en: <https://instituciones.sld.cu/psicologiadelasalud/files/2020/05/14-Estrés.pdf> [ Links ]
  13. Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, Rubin GJ. El impacto psicológico de la cuarentena y cómo reducirlo: una rápida revisión. Revista The Lancet. [Internet] 2020 [acceso 15/06/2020]; 395:912-20. Disponible en: <https://fundacionelementos.org/2020/03/17/el-impacto-psicologico-de-la-cuarentena-y-como-reducirlo-una-rapida-revision/>
  14. Sociedad. El estrés de la pandemia provoca un aumento del 15% de patologías oculares. [Internet] Barcelona: La Vanguardia,SLU;2020 jun.[Consultado 2021 mar 5] Disponible en: [www.lavanguardia.com.adn.ampproject.org](http://www.lavanguardia.com/adn.ampproject.org)
  15. Clínica Oftalmológica Novovisión. Blefaritis por estrés-Como afecta el estrés nuestra visión. Consejería de Sanidad[Internet] 2020 [Consultado 2021 Mar 5] Disponible en: [www.clinicasnovovision.com](http://www.clinicasnovovision.com)
  16. Visióncore M. Estrés y salud ocular: la coriorretinopatía serosa central [Internet]. Barcelona: Lladó Comunicación;2020 [Consultado 2021 Mar 5]. Disponible en: <https://visioncore.es/estrés-y-salud-ocular-la-coriorretinopatía-serosa-central/>



## ARTÍCULO ORIGINAL CUALITATIVO

### Carta de declaración del autor o de los autores

La Habana, 13 de septiembre del 2021

Dirigido a: Editora Ejecutiva de la RCTS

A continuación le anexamos los datos relacionados con la declaración del autor o los autores del trabajo titulado:

AFECCIONES OCULARES Y ESTRÉS

Enviado a la sección de la revista: Artículo original cualitativo

El trabajo no ha sido enviado simultáneamente a otra revista: Si ___ No <input checked="" type="checkbox"/>	El trabajo es original e inédito: Si <input checked="" type="checkbox"/> No ___
Los autores ceden los derechos de publicación a la Revista Cubana de Tecnología de la Salud: Si <input checked="" type="checkbox"/> No ___	Existe <b>conflicto de interés</b> entre los autores: Si ___ No <input checked="" type="checkbox"/>
<b>Novedad científica, aporte a la ciencia o importancia</b> de esta publicación: explica el estrés causado por la pandemia que provoca un aumento en las patologías oculares.	
Cuál es la <b>contribución</b> de esta publicación a las bases epistémicas de <b>Tecnología de la Salud</b> ? se explicó que el estrés causado por la pandemia aumenta las patologías oculares: Mioquimias, Blefaritis y CSC. El pronóstico de resolución, recuperación visual en pacientes que las presentan es bueno, por lo que la observación, la gestión del estrés del paciente se consideran el mejor tratamiento.	
<b>Esta investigación es una salida de proyecto de investigación:</b> Si <input checked="" type="checkbox"/> No ___	
<b>Contribución como autoría</b>	<b>Nombre de los Autores</b>
Contribuciones sustanciales para la concepción o el diseño del trabajo.	Aniuska Pérez Fernández
Adquisición, análisis o interpretación de datos.	Aniuska Pérez Fernández
Creación de nuevo software utilizado en el trabajo.	
Ha redactado el trabajo o ha realizado una revisión sustancial.	Todos los autores
Aprobó el envío de la versión presentada (y cualquier versión sustancialmente modificada que implica la contribución del autor para el estudio).	Todos los autores
Traducción de título y resumen	Katia Conrada
Otras contribuciones (Cuál)	
Todos los autores están de acuerdo con ser personalmente responsables de las propias contribuciones y las de los autores y garantizan que las cuestiones relacionadas con la precisión o integridad de cualquier parte del trabajo, incluso en las cuales el autor no estuvo personalmente involucrado, fueron adecuadamente investigadas, resueltas y la resolución fue documentada en la literatura: Si <input checked="" type="checkbox"/> No ___	
Todos los autores están de acuerdo con la versión final de la publicación: Si <input checked="" type="checkbox"/> No ___	
Todos los autores garantizan el cumplimiento de los aspectos éticos de la investigación y de publicación científica, así como de la bioética: Si <input checked="" type="checkbox"/> No ___	
Fecha de recibido: 13 de septiembre de 2021 Fecha de aprobado: 22 de enero de 2022	
 Los artículos de <i>Revista Cubana de Tecnología de la Salud</i> se compar- ten bajo los términos de la Licencia <b>Creative Commons Atribución-No Comercial 4.0. Internacional</b>	