

## Anexo 3. Adhesión, cumplimiento y persistencia en el tratamiento del glaucoma

### 1. Introducción

El glaucoma es una enfermedad crónica y progresiva que habitualmente requiere medicación tópica y revisiones periódicas para su seguimiento. Es importante contar con la colaboración continua del paciente para el control satisfactorio de la enfermedad.

La adhesión al tratamiento es definida por la Organización Mundial de la Salud como el cumplimiento del mismo; es decir, tomar la medicación de acuerdo con la dosificación y el programa prescrito; y la persistencia, es decir, tomar la medicación a lo largo del tiempo de tratamiento indicado. Por ejemplo, si se receta un medicamento dos veces al día por 30 días (60 pastillas en total) y al final de los 30 días la persona tomó solo 20, se diría que tuvo una adherencia del 33% (20 pastillas tomadas/60 recetadas). Si a esta persona, a quien se le recetó el tratamiento para 30 días, solo lo tomó durante 10 días, fue persistente solo 10 días. Así, para que un tratamiento sea efectivo es importante que el paciente cumpla con estos dos componentes: la adherencia y la persistencia al mismo.

### 2. ¿Por qué es tan importante cumplir con el tratamiento?

La pérdida visual que se produce en el glaucoma no se puede recuperar, de ahí que sea fundamental el diagnóstico precoz para tratarlo lo antes posible. Un tratamiento precoz y constante permite evitar la progresión a la ceguera en la mayoría de los casos. Cuanto antes se diagnostique y comience el tratamiento, menor será la pérdida de visión.

El inadecuado cumplimiento se resume en lo siguiente:

1. La falta de instilación de gotas (incluyendo técnica ineficaz a la hora de administrárselas uno mismo).
2. El uso de gotas con mayor frecuencia que la pauta (las gotas sobreañadidas pueden causar efectos adversos sistémicos).
3. La automedicación con colirios que no han sido prescritos.
4. No respetar la hora de la administración de las gotas, o la administración de gotas por razones equivocadas (este es un problema frecuente si son necesarios numerosos fármacos, o después de un cambio en el régimen terapéutico del paciente).

### 3. Riesgos por la falta de cumplimiento

**Los factores que se han visto asociados a la falta de cumplimiento terapéutico tópico (147):**

1. Es más probable que los hombres tengan peor cumplimiento que las mujeres.
2. Los pacientes con mejor agudeza visual tienen un riesgo mayor de ser no-cumplidores.
3. Un régimen de dosificación de más de 2 veces al día se asocia con mayor falta de cumplimiento.

## Los factores que no se han encontrado asociados a menor cumplimiento terapéutico son (147):

1. La edad: no hay relación entre la edad y la falta de cumplimiento.
2. El empleo de regímenes complejos no se ha asociado con una mayor falta de cumplimiento.
3. No se ha encontrado relación entre la falta de cumplimiento y la frecuencia de efectos secundarios.

## 4. ¿Cómo se puede mejorar el cumplimiento y la calidad de vida?

1. A pesar de no estar relacionado es aconsejable utilizar pautas de tratamiento con el menor número de gotas y efectos secundarios posibles.
2. La pauta de instilación debería asociarse con un punto clave de la rutina diaria (ej. lavarse los dientes o alguna comida del día).
3. Enseñar al paciente como instilarse correctamente las gotas: intervalos, cierre palpebral, oclusión puntos lagrimales. (Ver gráfico 1)
4. Se puede añadir información escrita y audiovisual a las pautas verbales.
5. Comunicarse con la familia del paciente.
6. Comunicarse con el médico de familia del paciente.

Gráfico 1. Consejos para la aplicación de las gotas (Fuente de los gráficos: Fundación glaucoma)

**¿Cómo me aplico las gotas?**

**Primer paso:** Lávese las manos.

**Segundo paso:** Agite el frasco.

**Tercer paso:** Luego de destapar el frasco, tómelo con su mano hábil.

**Cuarto paso:** Con el dedo índice de su otra mano baje el párpado inferior para formar un espacio donde colocar la gota.

**Quinto paso:** Posicione el frasco sobre el ojo (sin tocarlo) a la altura del espacio recién formado y apriete el frasco hasta que caiga una gota.

**Sexto paso:** Una vez colocada la gota cierre suavemente los ojos (si los cierra fuerte va a expulsar la gota) y comprima el ángulo interno del ojo durante de uno a tres minutos. Esto ayuda a reducir la absorción de las gotas a través de los conductos lacrimo-nasales, disminuyendo la posibilidad de tener efectos adversos. Utilice un pañuelo de papel o un algodón para secar inmediatamente el exceso de gota y evitar que contacte la delicada piel de los párpados.



**Recuerde:**  
Evite tocar la punta del frasco con la piel o el ojo dado que el contenido del frasco podría contaminarse.  
Si utiliza más de una medicación, espere al menos diez minutos entre una gota y otra.  
Si no está seguro de si la gota entró o no, coloque otra. Es importante asegurarse que la gota entre en contacto con el ojo. A veces la gota cae sobre la piel y no sobre el ojo y el paciente podría interpretar erróneamente que la gota entró en el ojo.