Fórum Contactología

visiónyvida

Informe:

¿Las lentillas están hechas para mí?

2023

Este informe es fruto del interés de las empresas participantes en la 19ª edición del Fórum de Contactología por informar a los profesionales de la visión sobre la opinión, las dudas, los frenos, los miedos de las personas que podrían ser usuarias de lentes de contacto.

Además, conocer la opinión de los actuales usuarios, los motivos por los que las han elegido como solución para su visión o, **entre aquellos que dejaron de serlo, el motivo** por el que acabaron abandonando su uso..

Esta información da respuesta a muchas cuestiones que surgen en la práctica diaria e ideas que pueden ser útiles para conocer los hábitos de las personas que utilizan o pueden ser futuros usuarios de lentes de contacto.

INDICE

1. LAS LENTES DE CONTACTO Y LAS SOLUCIONES DE MANTENIMIENTO EN ESPAÑA
2. MOTIVOS PARA LA INVESTIGACIÓN
3. METODOLOGÍA DE RECOGIDA DE DATOS Y ANÁLISIS
4. RESULTADOS
5. CONCLUSIONES
6. AGRADECIMIENTOS

1 LAS LENTES DE CONTACTO Y LAS SOLUCIONES DE MANTENIMIENTO EN ESPAÑA

Los datos nos muestran que España es el **5º país de Europa con un mercado mayor de lentes de contacto** (en valor) y su crecimiento es imparable (más de 60.000 nuevos usuarios en 2022). Se trata de un incremento del 9,5% en valor respecto a 2021, según EUROMCONTACT, la asociación europea de fabricantes de lentes de contacto.

- **Las lentillas con mayor crecimiento en 2022 son las diarias o de un solo uso, con un incremento del 19,4%.** Las lentes diarias multifocales crecen el 22,3% abriéndose paso entre los présbitas o personas con vista cansada.

- **Las lentillas mensuales, junto a las lentes convencionales, que incluyen blandas y RPG** (lentes rígidas permeables a los gases) mantienen un **crecimiento por encima del 4%.**

- Por su parte, **las soluciones de mantenimiento no varían en sus cifras** de venta.

Factores como el buen tiempo, el deporte, el ocio y la estética son clave para este sector en alza. En definitiva, las lentes de contacto, junto a las soluciones para su mantenimiento, son una excelente solución visual que proporciona confort y buena visión, adaptándose a las necesidades de las personas que las utilizan.

2 MOTIVOS PARA LA INVESTIGACIÓN

¿Por qué se ha realizado una encuesta a la población?

A pesar de que, en España, **el 4,74% de la población entre 15 y 64 años usa lentillas; es decir, hay más de 1,5 millones de usuarios de lentes de contacto**, las expectativas de crecimiento son altas en nuestro país y la formación clínica de nuestros ópticos-optometristas es muy elevada.

Aunque las lentes de contacto son un producto sanitario que cumple con todas las normas de sanidad y de seguridad de uso, existen ciertos miedos compartidos y dudas por parte de los pacientes a la hora de dar el paso y someterse a la primera adaptación de lentillas.

Desinformación, bulos y falta de asesoramiento son algunos de los frenos que, en primer lugar, impiden muchas veces al usuario dar el paso y comenzar a usar lentillas y, en otros, a seguir utilizándolas, sucediendo el tan conocido abandono de su uso.

Por este motivo, el Fórum de Contactología, en 2023, ha abierto una encuesta dirigida a la sociedad en la que se pregunta por el uso de lentes de contacto, las expectativas y las barreras que manifiestan las personas que, aun queriéndolo, no han dado el paso para iniciarse en la utilización de lentes de contacto y soluciones para su mantenimiento.

3 METODOLOGÍA DE RECOGIDA DE DATOS Y ANÁLISIS

Los participantes acceden a una "*landing page*" donde responden a una encuesta que, de forma ágil y rápida, les permite registrar sus respuestas, entre cuatro posibilidades distintas, a las 16 preguntas que se les formulan.

Una vez **finalizada la encuesta**, el programa calcula un **resultado numérico en función de las respuestas elegidas**, que se clasifican en 4 grupos según el valor de los resultados. Este resultado muestra la calificación sobre su idoneidad para utilizar lentes de contacto y unos comentarios para animar a los participantes a que pregunten a su profesional de la visión si es un buen candidato para empezar a utilizarlas.

Además, al finalizar la encuesta, en la *landing page* se encuentra un botón que permite la **descarga de la guía**: **"¿LAS LENTILLAS ESTÁN HECHAS PARA MÍ?** Información acerca de las lentes de contacto y los productos de mantenimiento" donde se ofrece información útil sobre las lentes de contacto: desde los tipos de lentillas y soluciones para su mantenimiento que existen, cómo cuidarlas, consejos para su uso saludable, revisiones, etc.

Fórum
Contactología
¿Las lentillas están hechas para mí?
¡Si todavía te estas haciendo esta pregunta, responde este test!
¡DESCÚBRELO AHORA!
¡Menos de 3 minutos y no te pedimos datos!
Empezar
https://testlentillas.forumcontactologia.com/
DESCARGAR GUÍA LENTILLAS
visiónyvida

PREGUNTAS DE LA ENCUESTA

Las preguntas de la encuesta se agrupan en cuatro categorías:

INFORMACIÓN DEMOGRÁFICA

ESTILO DE VIDA

INDICACIONES PARA EL USO DE LENTES DE CONTACTO

INFORMACIÓN CLÍNICA

Información demográfica

Para la segmentación demográfica de los resultados obtenidos en la encuesta, las tres primeras preguntas que se presentan son el sexo, la edad y la provincia de residencia.

Información demográfica	SEXO
	EDAD
	PROVINCIA

Estilo de vida

A continuación se realizan cinco preguntas de **estilo de vida**

- **¿Con qué frecuencia haces deporte?**
- **¿Te gusta salir y pasar el tiempo al aire libre?**
- **¿Eres una persona presumida?**
- **Para algunas ocasiones, ¿te gustaría no llevar gafas?**
- **¿Te gusta usar gafas de sol y combinar varios modelos?**

En la siguiente tabla se observan las cuatro opciones que pueden seleccionar como respuesta en cada una de las preguntas.

Estilo de vida

PREGUNTA	RESPUESTAS			
¿Con qué frecuencia haces deporte?	No hago deporte	De una a dos horas a la semana	Más de 2 y menos de 4 horas a la semana	Más de cuatro horas a la semana
¿Te gusta salir y pasar el tiempo al aire libre?	No demasiado	De vez en cuando	A menudo	Todo lo que puedo
¿Eres una persona presumida?	No	Un poco	Ni mucho ni poco	Mucho
Para algunas ocasiones, ¿te gustaría no llevar gafas?	No	No me lo he planteado	Sí, ocasionalmente.	Sí, mucho.
¿Te gusta usar gafas de sol y combinar varios modelos?	No	Casi no uso gafas de sol	Tengo unas y me las pongo bastante	Tengo más de unas y las combino.

Indicaciones para el uso de lentes de contacto

Estas cuatro preguntas se realizan para poder valorar **aspectos que pueden influir en la adaptación.**

- **¿Usas pantallas durante muchas horas al día (PC, móvil, tablet, etc.)?**
- **¿Cuántas dioptrías tienes?**
- **¿Crees que la montura de las gafas limita el campo de tu visión?**
- **¿Te gustaría cambiar el color de tus ojos?**

Indicaciones para el uso de lentes de contacto

PREGUNTA	RESPUESTAS			
¿Usas pantallas durante muchas horas al día (PC, móvil, tablet, etc.)?	Menos de una hora	De una a dos horas	Más de dos y menos de cuatro horas	Más de cuatro horas
¿Cuántas dioptrías tienes?	Menos de 2 dioptrías	De 2,25 a 4 dioptrías	De 4,25 a 6 dioptrías	Más de 6 dioptrías
¿Crees que la montura de las gafas limita el campo de tu visión?	Nunca	A veces	Muy a menudo	Siempre
¿Te gustaría cambiar el color de tus ojos?	No	No me lo he planteado	Sí, ocasionalmente.	Sí, mucho.

Información clínica

Se incluyen cuatro preguntas que pueden determinar el éxito de la adaptación y aportar información sobre los abandonos en el uso de lentes de contacto.

- **¿Notas sequedad ocular, sensación de arenilla, escozor, a lo largo del día?**
- **¿Tienes tendencia a que te salgan orzuelos en los párpados?**
- **Actualmente, ¿te está incrementando la miopía?**
- **Si has llevado lentillas, ¿por qué las has abandonado?**

Información clínica

PREGUNTA	RESPUESTAS			
¿Notas sequedad ocular, sensación de arenilla, escozor, a lo largo del día?	Nunca	De vez en cuando	A menudo	Con mucha frecuencia
¿Tienes tendencia a que te salgan orzuelos en los párpados?	Nunca	Una vez me salió uno	De vez en cuando	Muy a menudo
Actualmente, ¿te está incrementando la miopía?	No	Muy poco	Bastante	Más de lo que me gustaría
Si has llevado lentillas, ¿por qué las has abandonado?	Nunca he llevado	Por el coste	No veías bien	Me resultaban incómodas

Análisis de las respuestas

Una vez finalizada la encuesta, el usuario recibe una calificación sobre su idoneidad para utilizar lentes de contacto.
Las respuestas que se muestran, en función de los resultados obtenidos, están organizadas en cuatro niveles:

Nivel 1:	**Eres la persona ideal para combinar lentillas y gafas.** Tus gafas te resultan bastante cómodas y, aunque no descartas el uso de lentillas, no parece que tengas prisa por usarlas. ¿Por qué no pides una prueba de lentillas y así te lo piensas?
Nivel 2:	**¡Prueba las lentillas y te convencerán!** Estás en ese punto en el que si pruebas las lentillas, vas a querer utilizarlas. Piensa que tienes la opción de las lentes de un solo uso, ¡para aquellas ocasiones en las que sí te apetece llevarlas! ¡También si tienes vista cansada! ¡Pregunta en tu óptica!
Nivel 3:	**¡Las lentillas serán tus mejores aliadas!** Realmente las lentillas se adaptan a ti, a tu ritmo de vida, a tus actividades. Cuando las uses, verás que muchas cosas las haces mejor por el simple hecho de que ves mejor, más campo visual. O porque puedes moverte libremente si haces deporte. ¡Estás a punto para probarlas!
Nivel 4:	**¡Has nacido para llevar lentillas! de 37 a 48 puntos** Por tus respuestas, las lentillas te van a ser muy cómodas y útiles en tu día a día. ¡Solo te queda probarlas! Seguro que te enamoras de tu nueva forma de ver el mundo. Incluso si tienes vista cansada. ¡Pide cita en tu óptica!

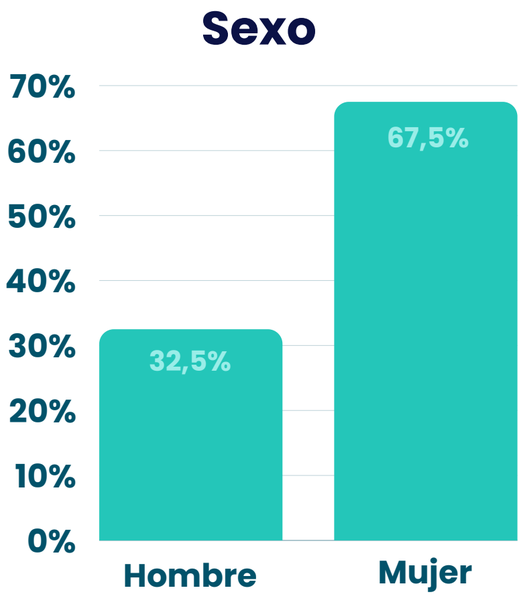
GUÍA “¿LAS LENTILLAS ESTÁN HECHAS PARA MÍ?

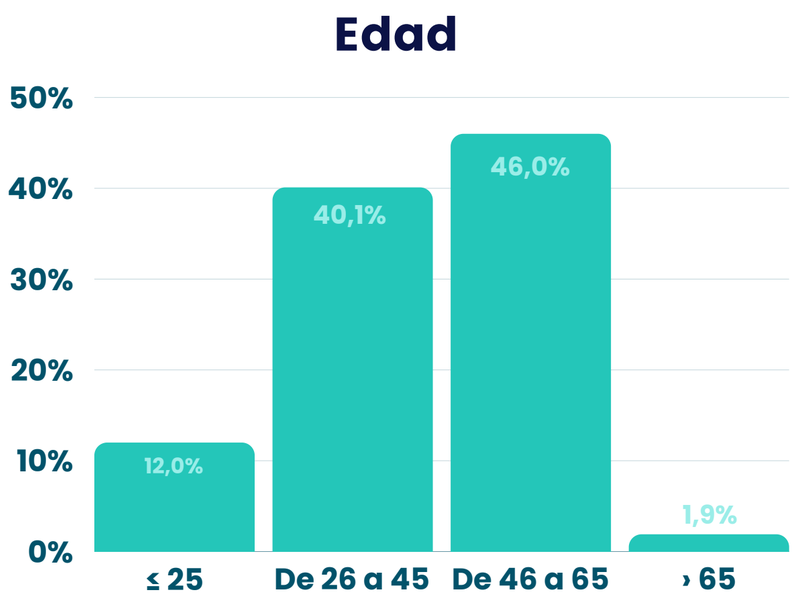
Tras leer el resultado de su encuesta, se invita a los participantes a la descarga de la guía “¿LAS LENTILLAS ESTÁN HECHAS PARA MÍ? Información acerca de las lentes de contacto y los productos de mantenimiento” donde pueden encontrar información útil sobre las lentes de contacto: desde los tipos de lentillas y soluciones para su mantenimiento que existen, cómo cuidarlas, consejos para su uso saludable, revisiones, etc., aptas tanto para los usuarios actuales de lentes de contacto como para aquellos que desearían llevarlas.

Fórum
Contactología
¿Las lentillas están hechas para mí?
¡Si todavía te estas haciendo esta pregunta, responde este test!
¡DESCÚBRELO AHORA!
¡Menos de 3 minutos y no te pedimos datos!
Empezar
Pueden descargarse esta guía
DESCARGAR GUÍA LENTILLAS
visiónyvida

4
RESULTADOS

DATOS DEMOGRÁFICOS





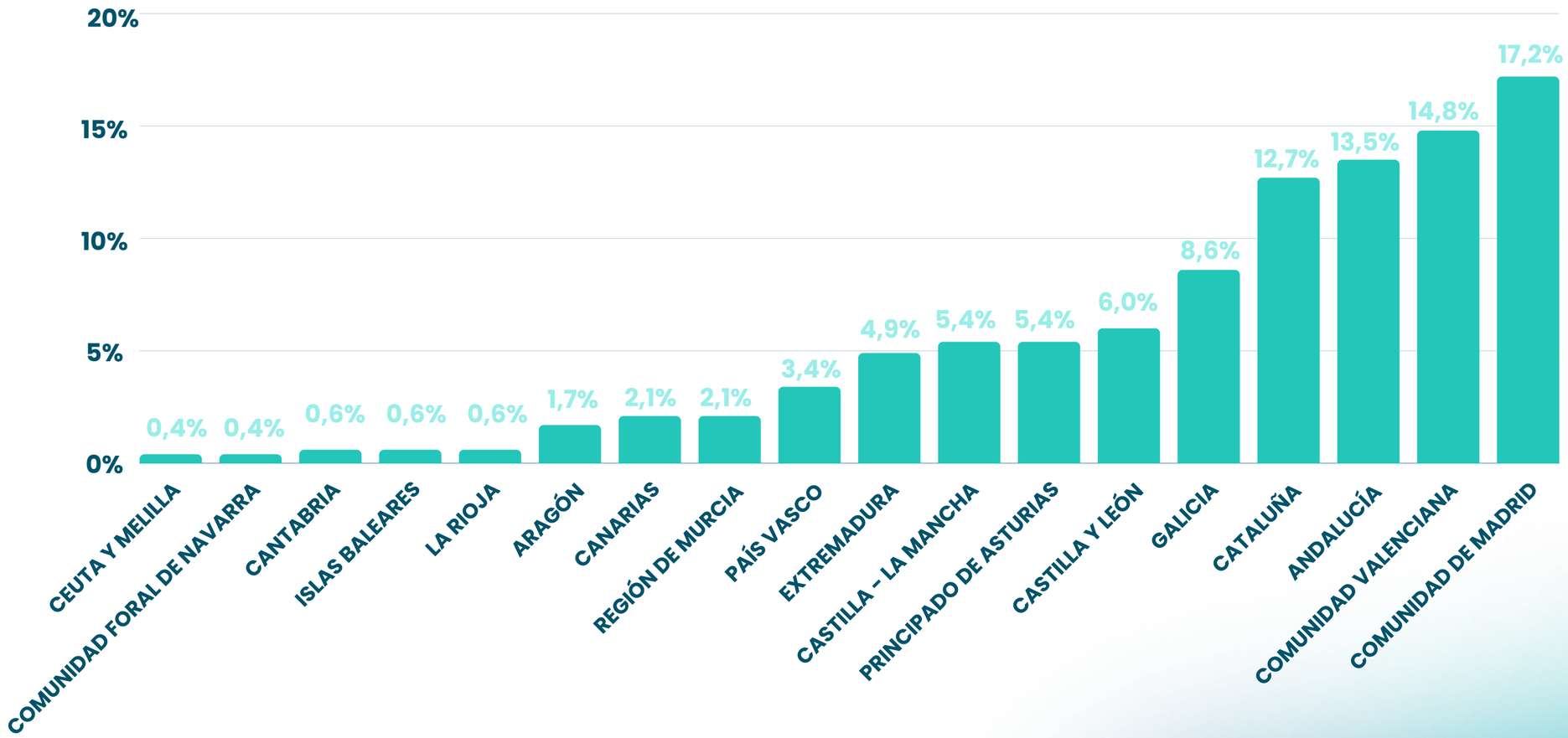
En estos primeros resultados recogidos en la *landing* page, contamos con una muestra de **535 respuestas válidas.**

De las personas que participaron hasta finales de agosto de 2023, momento en que se extrajeron los datos para su análisis, **dos de cada tres son mujeres.**

Por edades, el grupo más numeroso, con una representación del **46,0%**, son las **personas de 46 a 65 años** y que, en lo relativo al estado de su visión, se encuentran en la presbicia.

Fuente:
Cuestionario Online ¿Las lentillas están hechas para mí? 2023
https://testlentillas.forumcontactologia.com/

DATOS DEMOGRÁFICOS



Participantes

Por comunidades autónomas, dos de cada tres personas provienen de la Comunidad de Madrid, Comunidad Valenciana, Andalucía, Cataluña y Galicia.

Fuente:
Cuestionario Online ¿Las lentillas están hechas para mí? 2023
https://testlentillas.forumcontactologia.com/

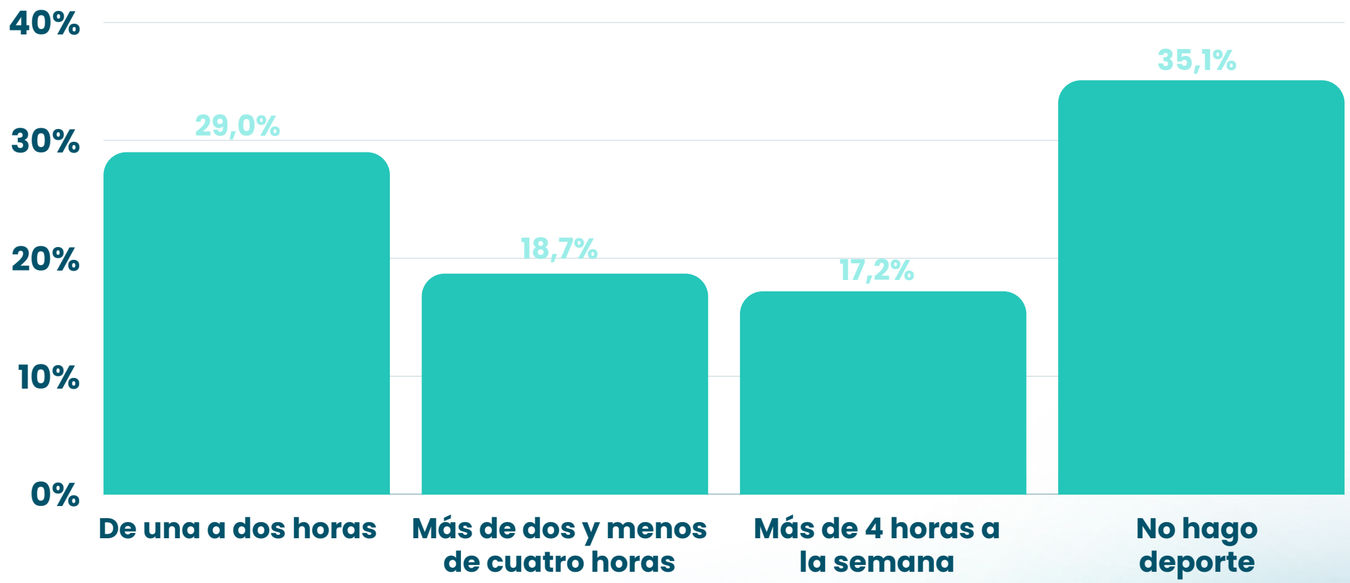
ESTILO DE VIDA

Aunque las **lentes de contacto** aportan un excelente **confort y visión en todas las actividades**, es cierto que para algunas personas son realmente una ventaja frente las gafas.

En este sentido, para poder hacer una recomendación final a las personas que realizaron el test en la *landing page*, valoramos algunos aspectos de su estilo de vida, sabiendo que las lentes de contacto les facilitarían ciertas de actividades o responderían a sus preferencias.

Les preguntamos si hacían deporte y las horas a la semana que dedicaban a esta actividad. **Encontramos que el 35,9% realiza deporte más de dos horas a la semana, el 17,2% durante más de cuatro horas.**

¿Con qué frecuencia haces deporte?



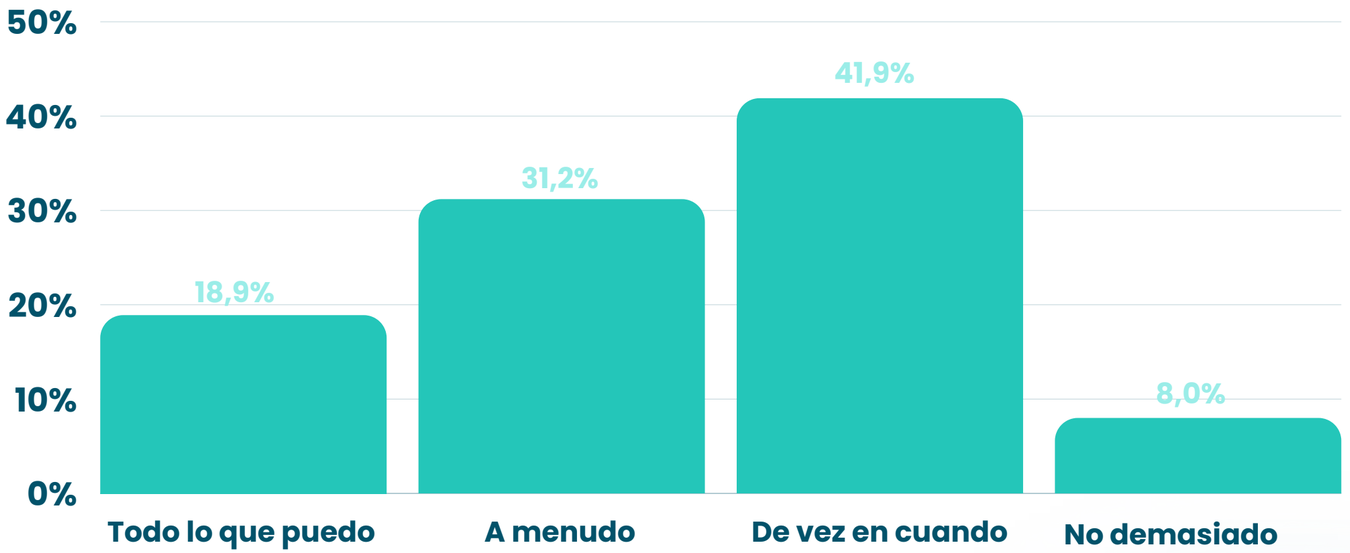
Fuente:
Cuestionario Online ¿Las lentillas están hechas para mí? 2023
https://testlentillas.forumcontactologia.com/

ESTILO DE VIDA

Otro factor importante es saber cuánto tiempo pasan al aire libre, especialmente los más jóvenes que están en edades de que la miopía siga incrementando.

Los datos nos muestran que la mitad de los participantes, el 49,9%, afirma que pasan muy poco tiempo al aire libre.

¿Te gusta salir y pasar el tiempo al aire libre?



Fuente:
Cuestionario Online ¿Las lentillas están hechas para mí? 2023
https://testlentillas.forumcontactologia.com/

ESTILO DE VIDA

El factor estético y el hecho de que una persona pueda elegir entre lucir sus gafas o mostrar directamente sus ojos puede determinar la necesidad de querer combinar el uso de lentes de contacto con las gafas graduadas, aunque sea de forma ocasional.

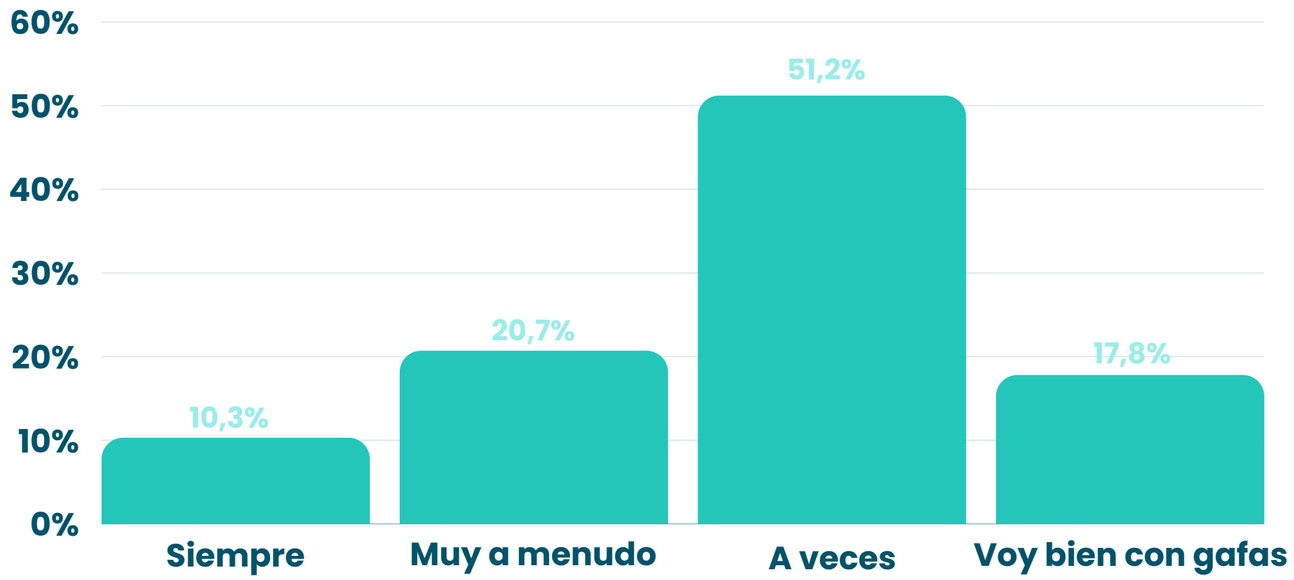
Con esta idea, se realizó la pregunta de si se consideraban personas presumidas. Un 45,0% de los participantes se define~~n~~ como muy presumido~~s~~ o que le~~s~~ importa su aspecto.

¿Eres una persona presumida?

Fuente:
Cuestionario Online ¿Las lentillas están hechas para mí? 2023
https://testlentillas.forumcontactologia.com/

ESTILO DE VIDA

Para algunas ocasiones, ¿te gustaría no llevar gafas?



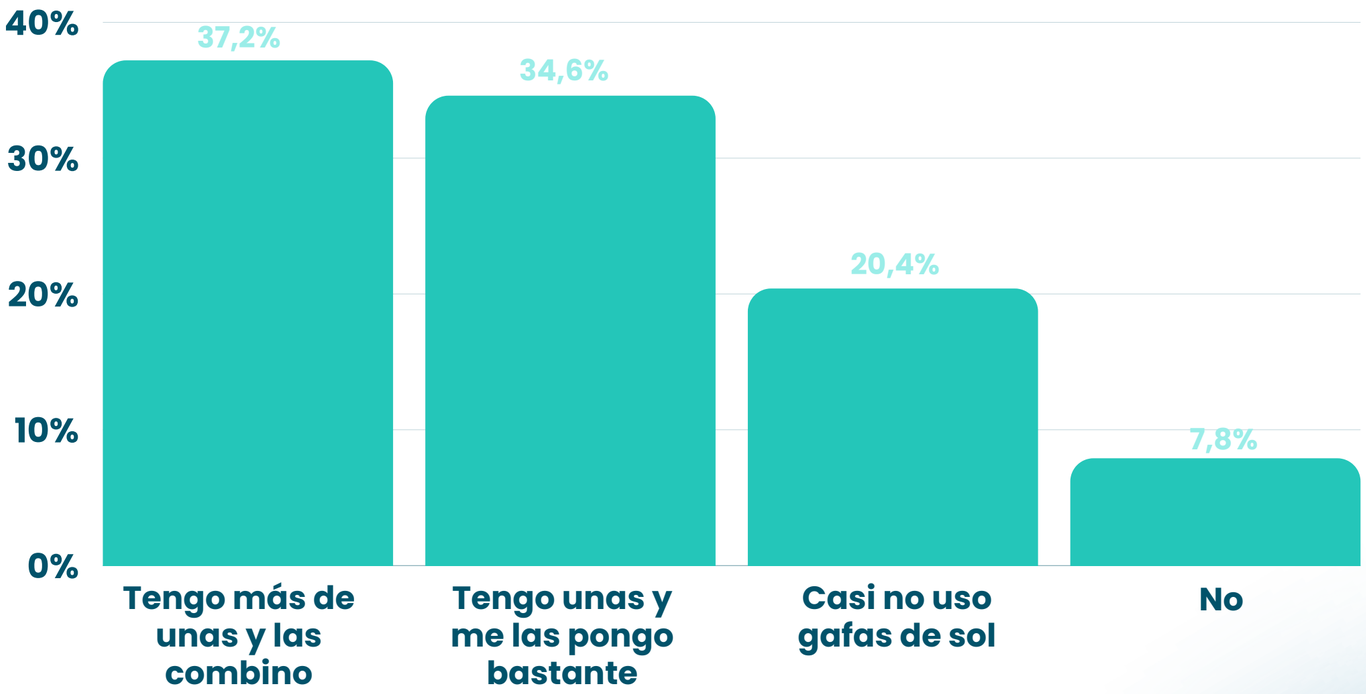
Sabemos que a una de cada tres personas, al 31% de la muestra, le gustaría no llevar gafas.

Más de la mitad, el 51,2% de los participantes, afirma que “a veces” le gustaría no llevar gafas.

Fuente:
Cuestionario Online ¿Las lentillas están hechas para mí? 2023
https://testlentillas.forumcontactologia.com/

ESTILO DE VIDA

¿Te gusta usar gafas de sol y combinar varios modelos?



Para conocer los hábitos de uso de soluciones ópticas para la visión, preguntamos por el uso de gafas de sol para la protección de los ojos de la intensidad lumínica de la radiación solar y de los perjudiciales rayos UV.

Los datos nos muestran que una de cada tres personas (37,2%) combina más de unas gafas de sol. El 71,8% de la muestra utiliza sus gafas de sol con frecuencia y el 28,2% no utiliza gafas de sol o lo hace solo ocasionalmente.

Fuente:
Cuestionario Online ¿Las lentillas están hechas para mí? 2023
https://testlentillas.forumcontactologia.com/

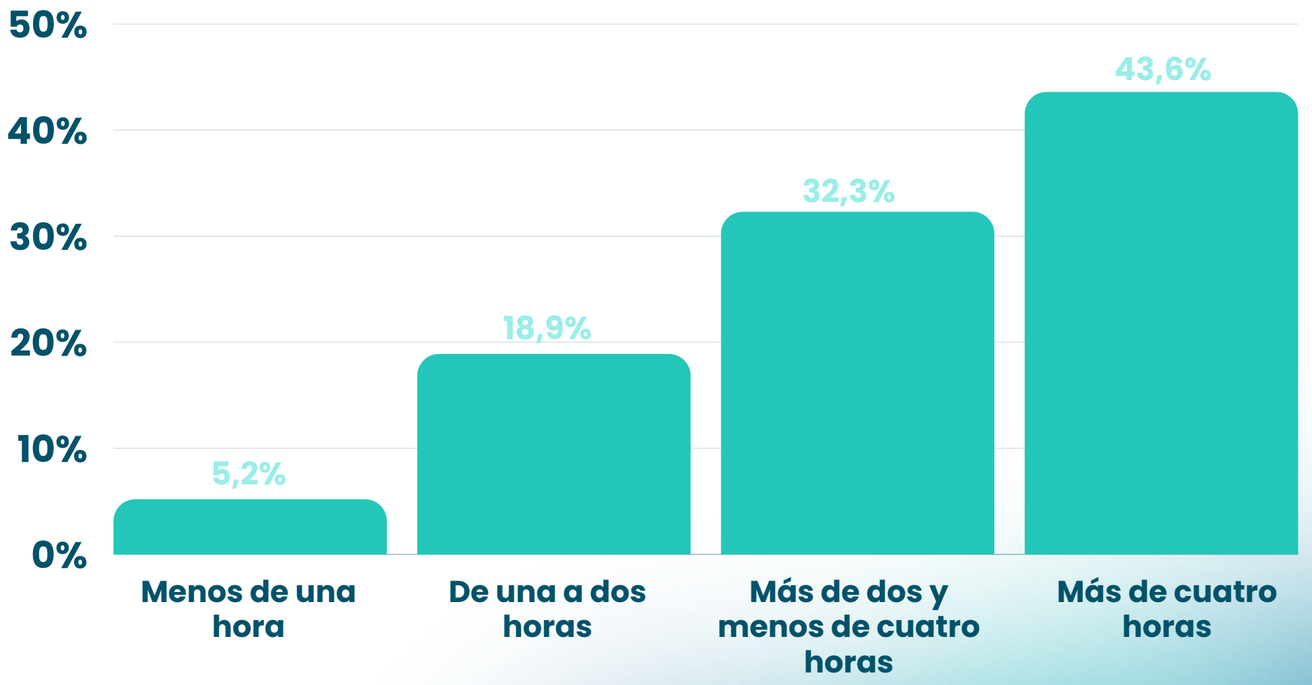
Indicaciones para el uso de lentes de contacto

Entre los factores determinantes para una utilización saludable de las lentes de contacto, sabemos que es necesario tener una buena calidad y cantidad de lágrima que asegure que los ojos están bien humectados.

La frecuencia del parpadeo, cuando estamos utilizando pantallas (PC, móvil, tabletas, etc.), se reduce a más de la mitad, pasando de 15-20 parpadeos a niveles de 7 u 8 parpadeos por minuto.

De las respuestas obtenidas, **casi la mitad de los participantes utiliza pantallas más de 4 horas cada día.**

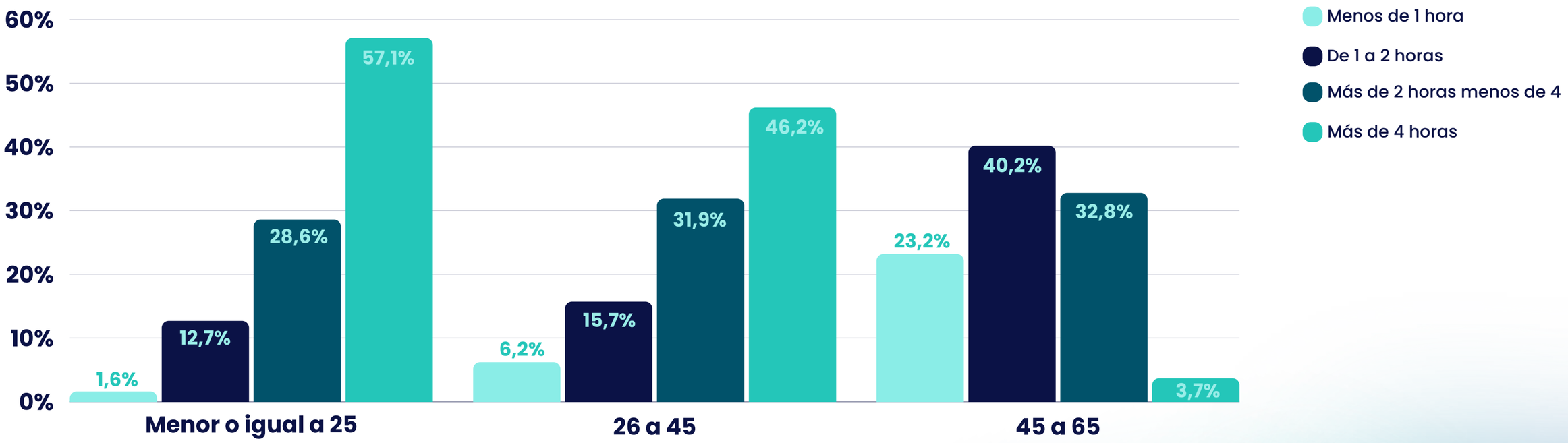
¿Usas pantallas durante muchas horas al día (PC, móvil, tablet, etc.)?



Fuente:
Cuestionario Online ¿Las lentillas están hechas para mí? 2023
https://testlentillas.forumcontactologia.com/

Indicaciones para el uso de lentes de contacto

¿Usas pantallas durante muchas horas al día (PC, móvil, tablet, etc.)?



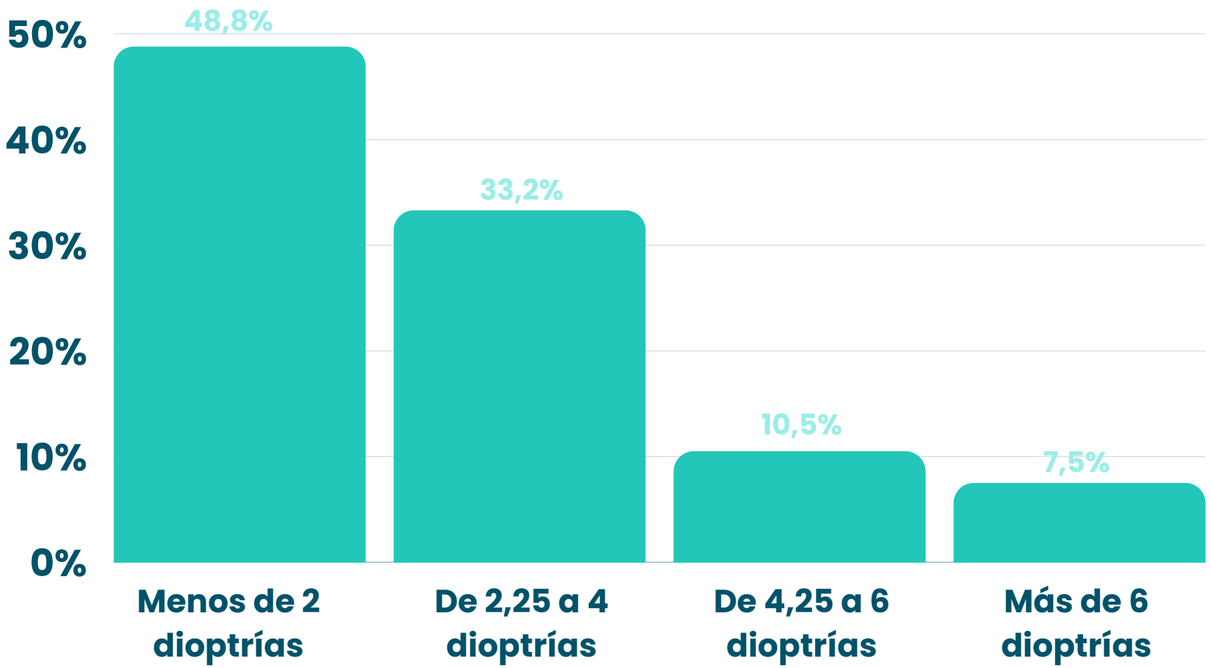
Si analizamos las respuestas por grupos de edad, vemos que los más jóvenes, de 25 años o menos, son el grupo de los nativos digitales y los que más interaccionan con estos dispositivos.

Según muestran los datos, en el grupo de edad de 45 a 65 años vemos cómo la mayoría de los participantes (73,0%) afirma utilizar pantallas entre 1 y 4 horas al día.

Fuente:
Cuestionario Online ¿Las lentillas están hechas para mí? 2023
https://testlentillas.forumcontactologia.com/

Indicaciones para el uso de lentes de contacto

¿Cuántas dioptrías tienes?



En esta encuesta a la población se les preguntó el número de dioptrías que tenían, sin entrar en detalle de si eran de miopía, hipermetropía o astigmatismo.

Las respuestas deben valorarse como subjetivas, corresponden al valor dióptrico que cada participante afirma que tiene.

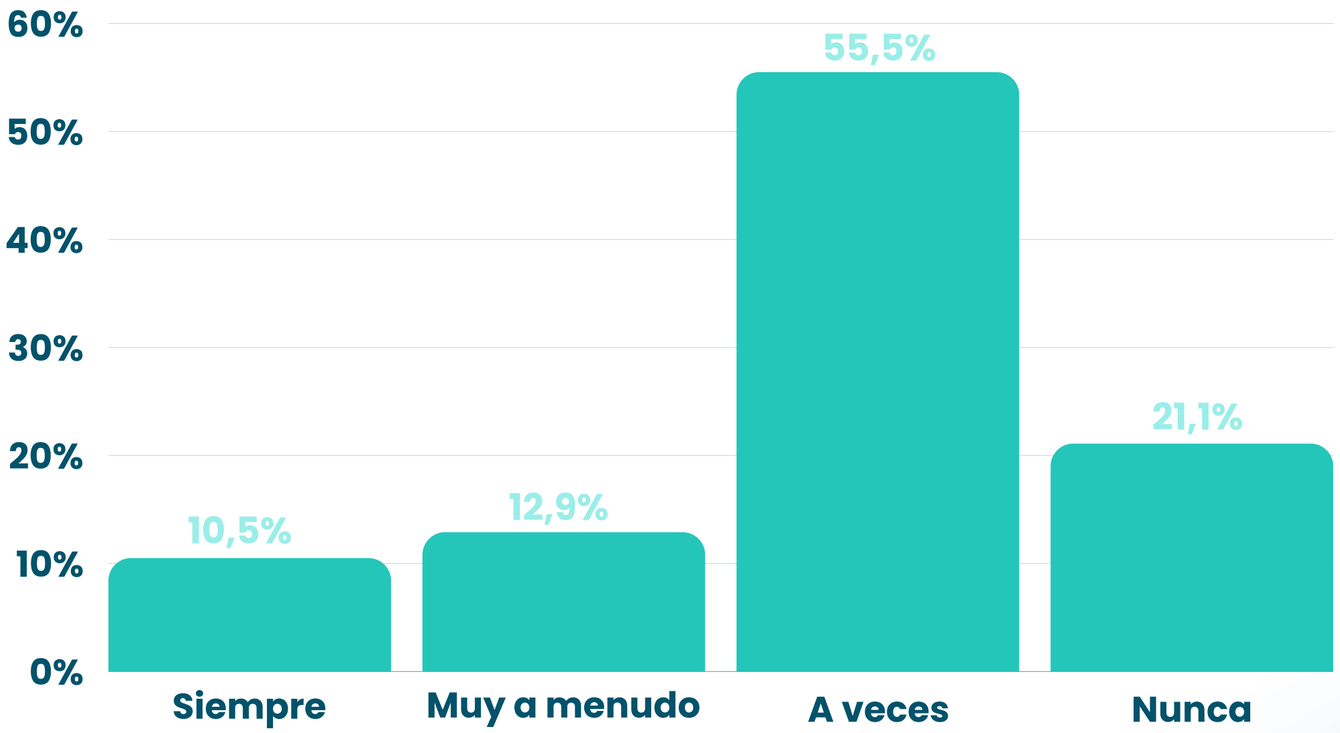
Analizando sus respuestas, observamos que la mitad de los participantes tiene menos de 2 dioptrías, uno de cada tres se sitúa en el intervalo de 2,25 a 4,00 D y el 10,5% entre las 4,25 y 6,00 D.

El 7,5% de la muestra afirma tener más de 6,00 D.

Fuente:
Cuestionario Online ¿Las lentillas están hechas para mí? 2023
https://testlentillas.forumcontactologia.com/

Indicaciones para el uso de lentes de contacto

¿Crees que la montura de las gafas limita el campo de tu visión?



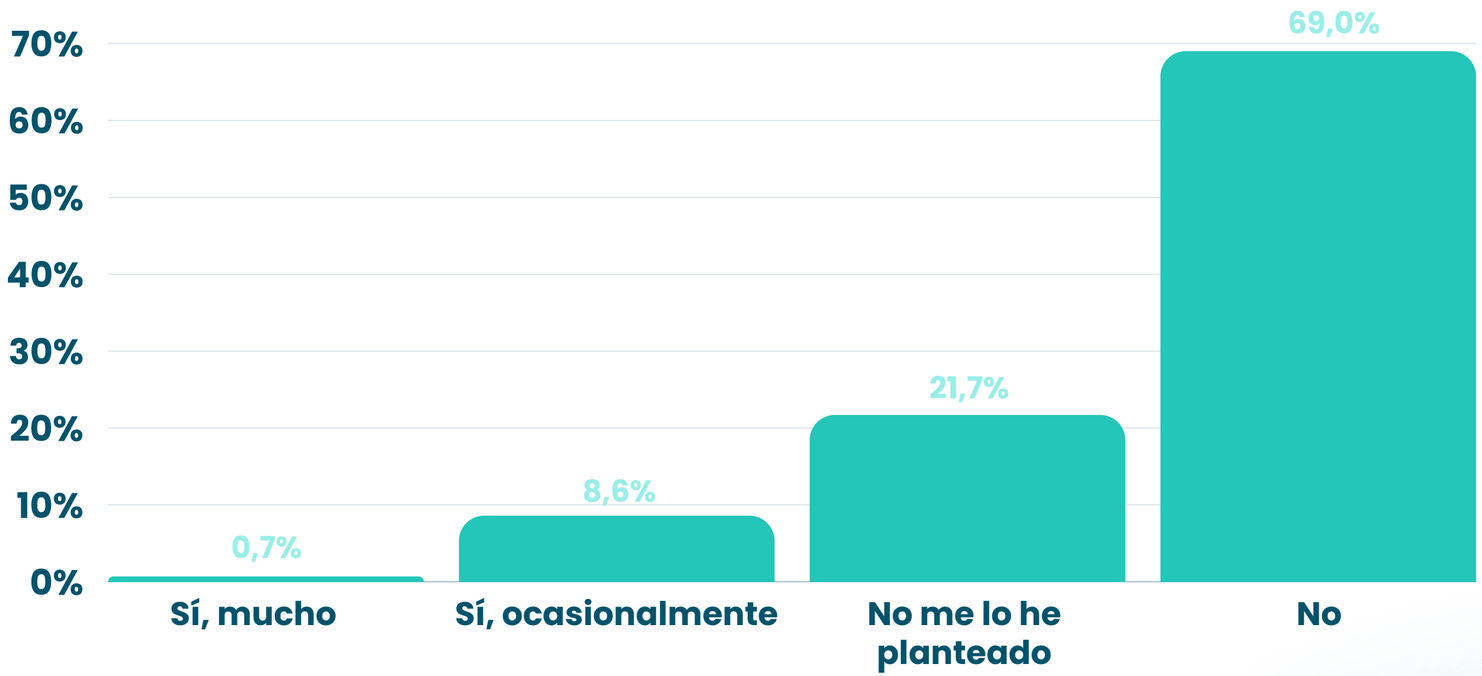
La limitación del campo visual por la propia montura y el efecto prismático que se produce al mirar por las zonas más alejadas del centro de la lente puede ser un factor a tener en cuenta, puesto que no se produce si se utilizan lentes de contacto.

Una de cada tres personas, el 32,4%, afirma que la montura de las gafas limita su campo visual.

Fuente:
Cuestionario Online ¿Las lentillas están hechas para mí? 2023
https://testlentillas.forumcontactologia.com/

Indicaciones para el uso de lentes de contacto

¿Te gustaría cambiar el color de tus ojos?

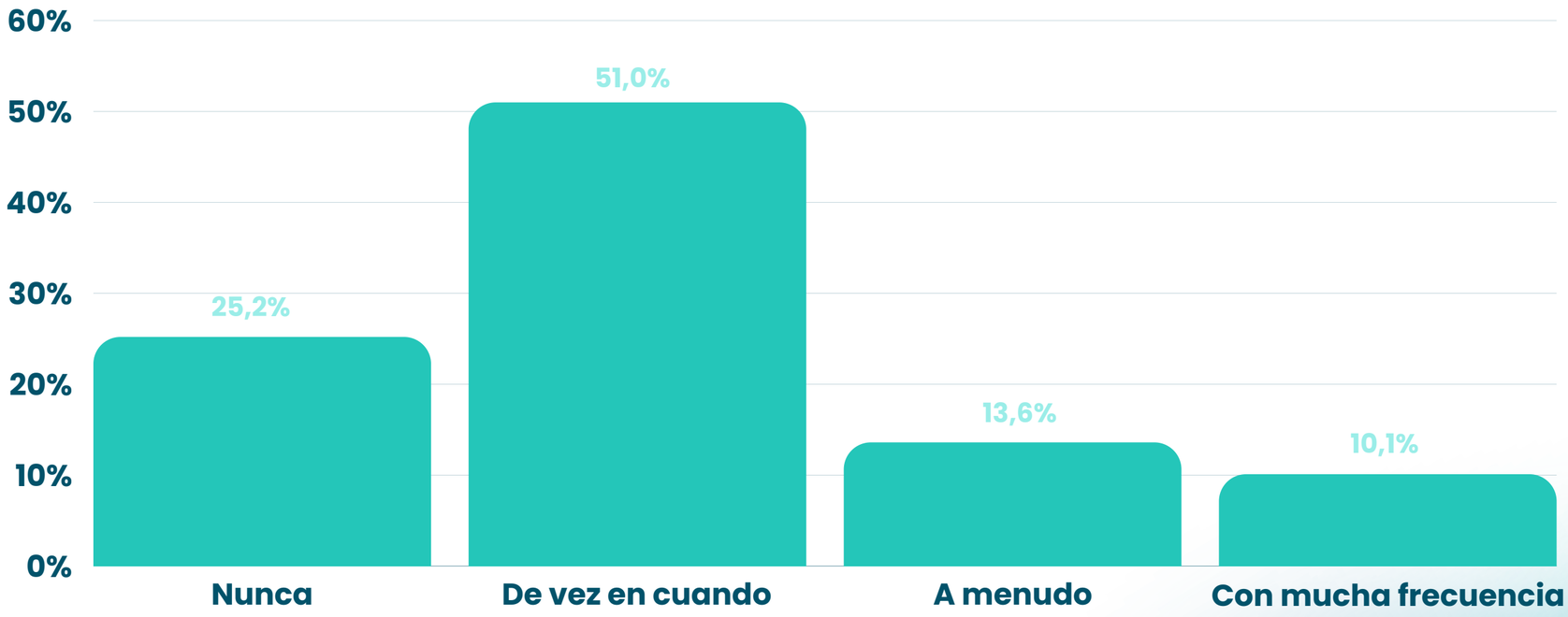


En lo relativo a la estética, a uno de cada diez participantes (9,3%) le gustaría cambiar el color de sus ojos de forma continuada u ocasional

Fuente:
Cuestionario Online ¿Las lentillas están hechas para mí? 2023
https://testlentillas.forumcontactologia.com/

Información clínica

¿Notas sequedad ocular, sensación de arenilla, escozor… a lo largo del día?

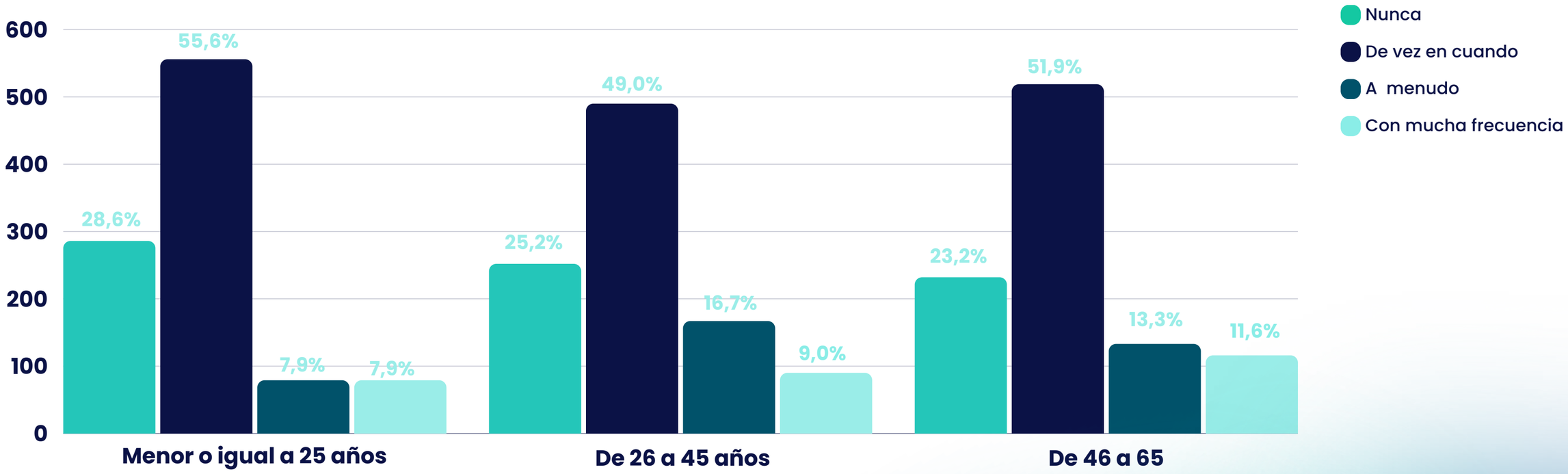


Tres de cada cuatro participantes confirman que tienen **síntomas de sequedad ocular**, de forma muy frecuente o de forma ocasional.

Fuente:
Cuestionario Online ¿Las lentillas están hechas para mí? 2023
https://testlentillas.forumcontactologia.com/

Información clínica

¿Notas sequedad ocular, sensación de arenilla, escozor... a lo largo del día?



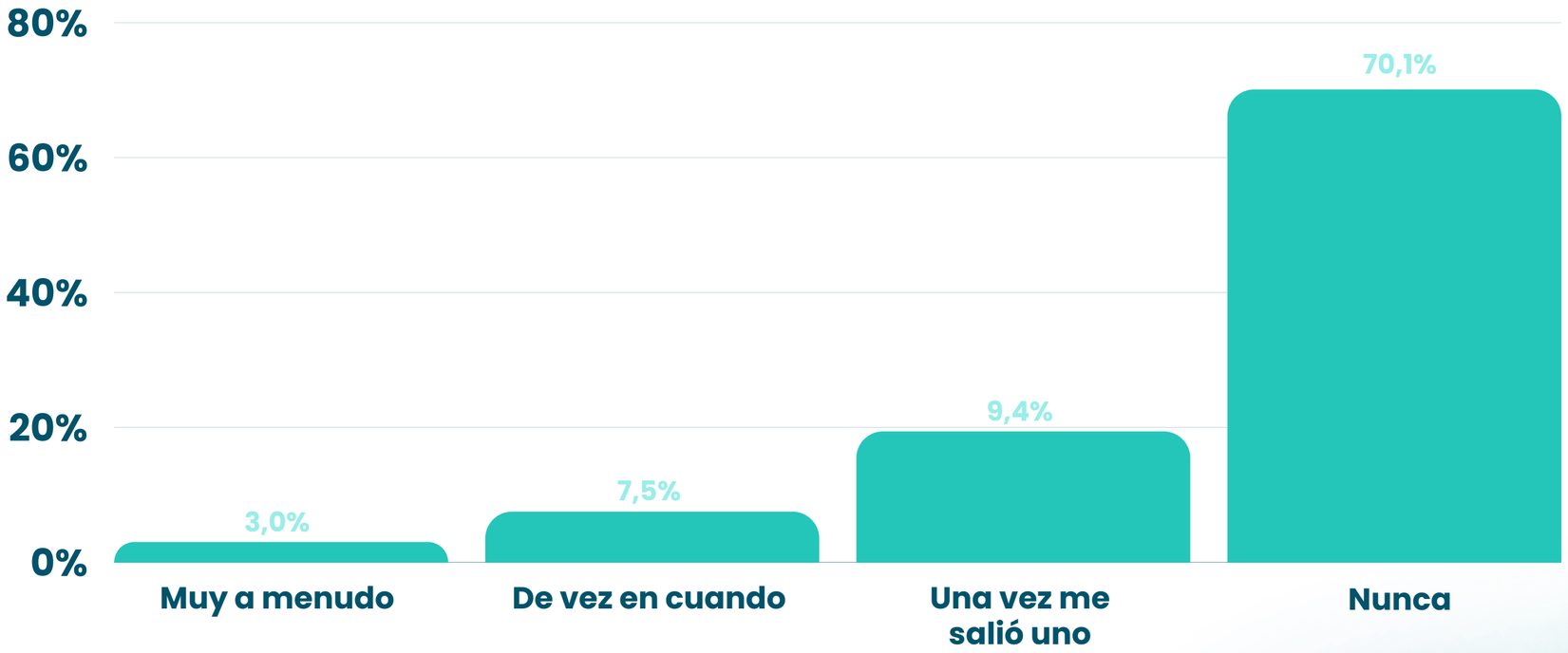
En el análisis de estos datos por grupos de edad, el grupo de los más mayores es que el que muestra una sintomatología de sequedad ocular más elevada.

La diferencia en las respuestas “Con mucha frecuencia” y “A menudo” es de cinco puntos porcentuales, comparando con el grupo de los más jóvenes (15,9%) con el de los mayores (24,9%).

Fuente:
Cuestionario Online ¿Las lentillas están hechas para mí? 2023
https://testlentillas.forumcontactologia.com/

Información clínica

¿Tienes tendencia a que te salgan orzuelos en los párpados?



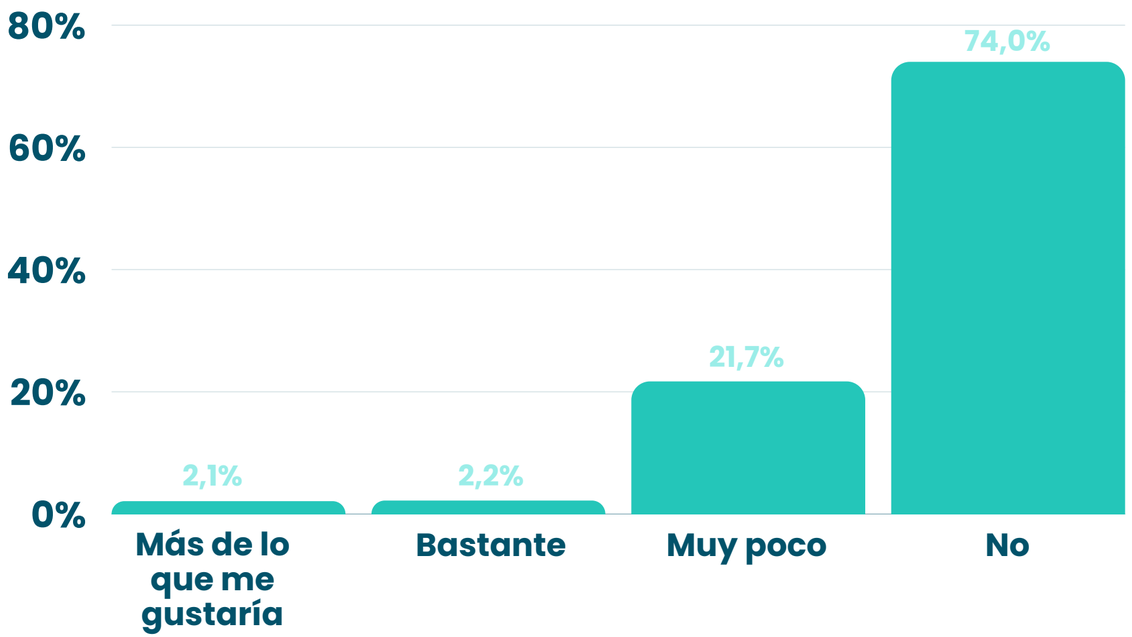
Para tener información de la salud palpebral, se preguntó si sufrían cuadros inflamatorios por la aparición de orzuelos.

El 10,5% afirma que le salen orzuelos a menudo o de vez en cuando.

Fuente:
Cuestionario Online ¿Las lentillas están hechas para mí? 2023
https://testlentillas.forumcontactologia.com/

Información clínica

Actualmente, ¿te está incrementando la miopía?



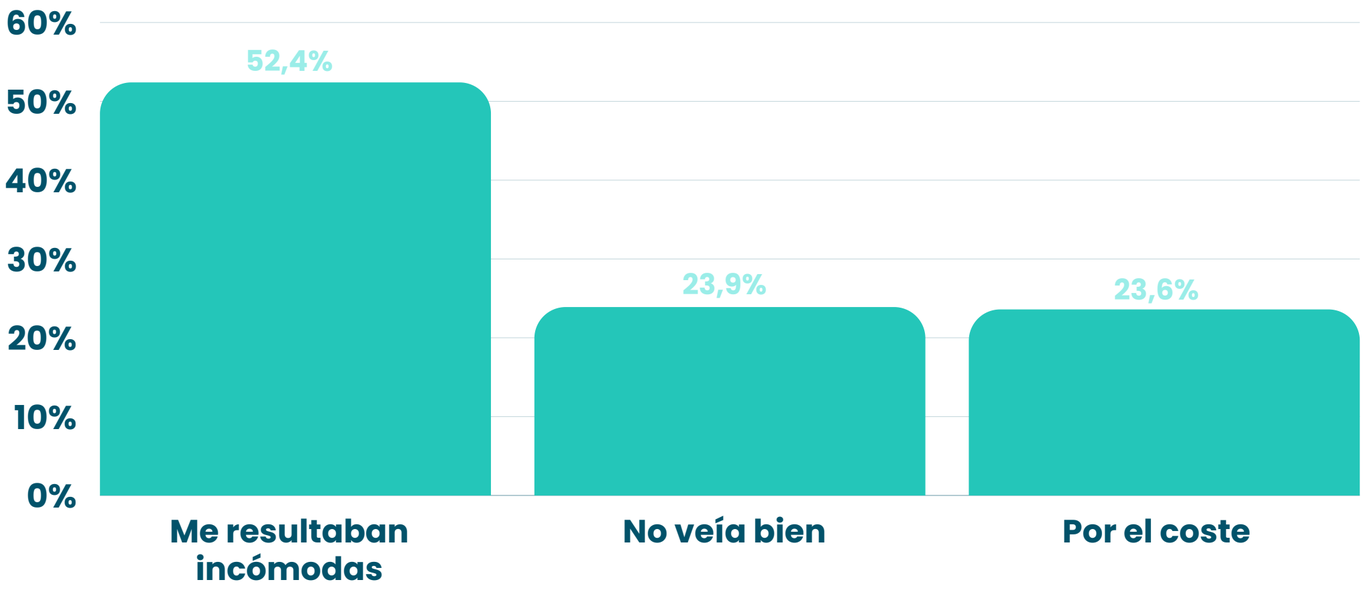
Preguntando por el incremento de la miopía, se observa que a un 4,3% le está incrementando la miopía “más de lo que les gustaría” o “bastante” y a uno de cada cinco aún le sigue incrementando.

A nivel demográfico, el grupo de edad de menores de 25 años de la muestra de este estudio incluye a jóvenes de 18 a 24 años.

Fuente:
Cuestionario Online ¿Las lentillas están hechas para mí? 2023
https://testlentillas.forumcontactologia.com/

Información clínica

Si has llevado lentillas, ¿por qué las has abandonado?



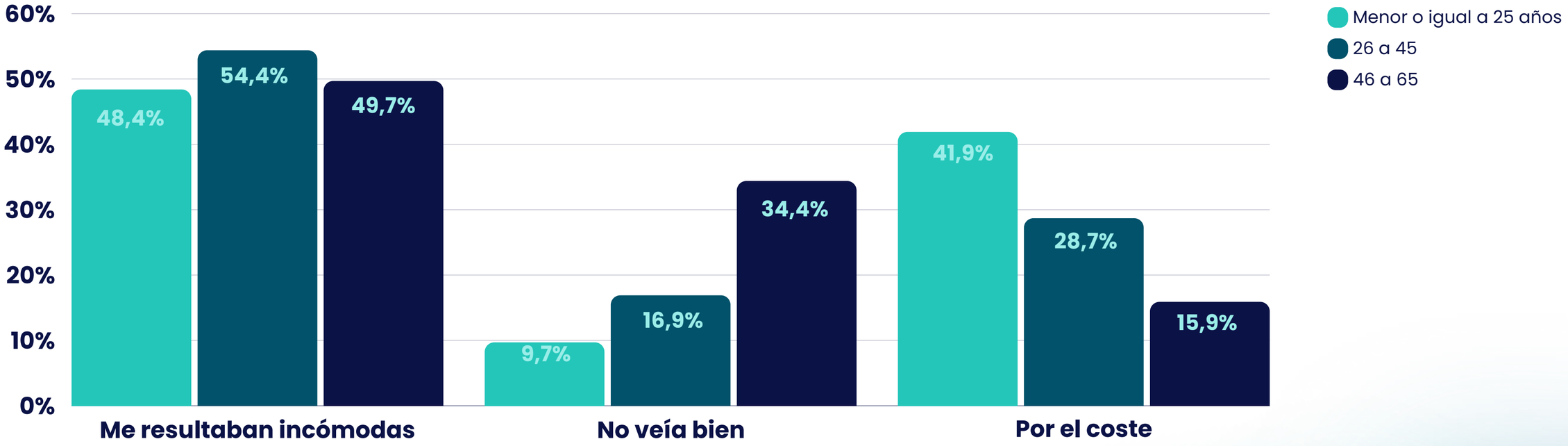
Tres de cada cuatro usuarios que han abandonado las lentes de contacto lo han hecho por motivos que podían ser corregidos. El abandono por falta de confort se eleva a uno de cada dos pacientes adaptados.

El precio es un factor determinante para uno de cada cuatro pacientes que deciden dejar de usarlas.

Fuente:
Cuestionario Online ¿Las lentillas están hechas para mí? 2023
https://testlentillas.forumcontactologia.com/

Información clínica

Si has llevado lentillas, ¿por qué las has abandonado?



La falta de confort en el uso de lentes de contacto es el principal motivo de abandono en todos los grupos de edad.

La calidad de la visión afecta a uno de cada tres pacientes présbitas y es el motivo por el cual abandonan el uso.

El factor coste del producto afecta en mayor medida a las generaciones más jóvenes, situándose en el motivo de abandono de dos de cada cinco menores de 25 años.

Fuente:
Cuestionario Online ¿Las lentillas están hechas para mí? 2023
https://testlentillas.forumcontactologia.com/

5 CONCLUSIONES

De todos los resultados derivados del análisis de esta encuesta iniciada coincidiendo con la primera vez que celebramos Día Mundial de las Lentillas, el 15 de abril de 2023, estos son los datos más destacados:

- **Muchas personas, por sus actividades diarias o por comodidad, manifiestan que las gafas probablemente no sean la única solución visual que mejor se adapta a sus necesidades. Fruto de sus respuestas**, nos encontramos con que **más de la mitad, el 51.2% de los participantes, afirma que "a veces" le gustaría no llevar gafas**. Además, una de cada tres personas, el 31% de la muestra, confirma que le gustaría no tener que llevarlas.

- Uno de los motivos que emana de los resultados de esta encuesta es que **el 32,4% de los participantes afirma que la montura de las gafas limita su campo visual.**

- Es importante tomar conciencia de qué **tres de cada cuatro participantes manifiestan que tienen síntomas de sequedad ocular, de forma muy frecuente o de forma ocasional.**

- **El abandono de las lentes de contacto es una de las causas al que deberíamos prestar más atención e intentar detectarlo en las visitas de revisión de los usuarios de lentes de contacto.**

- Los dos **motivos principales de abandono** en todos los grupos de edad son: la **incomodidad** de las lentes de contacto (52,4%) y el no ver bien (23,9%), ascendiendo al 34,4% en el caso de los pacientes présbitas.

- El **factor coste del producto afecta en mayor medida a las generaciones más jóvenes,** situándose en el motivo de abandono de dos de cada cinco menores de 25 años.

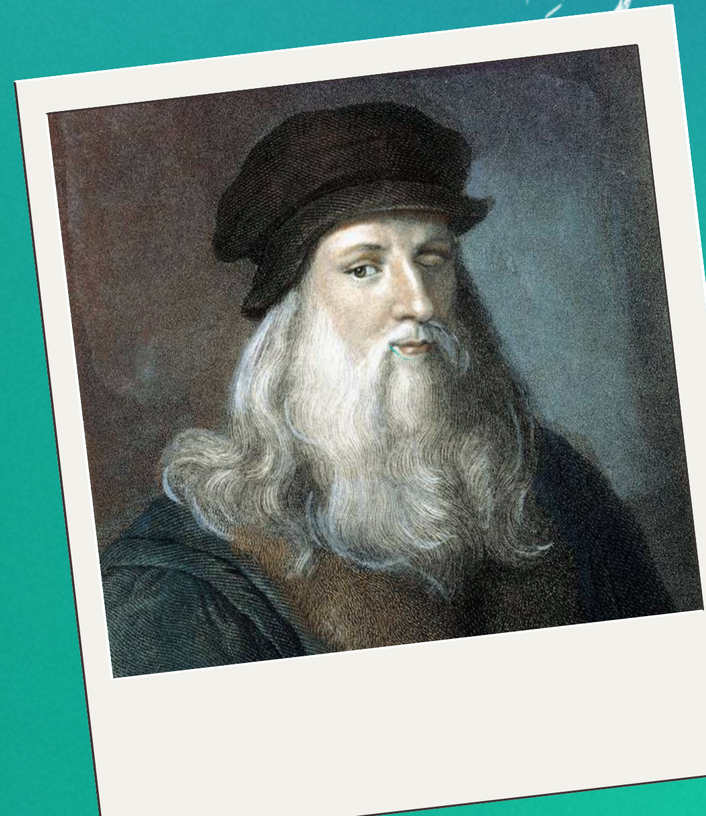
6

Desde el Fórum de Contactología **queremos agradecer a todos los ópticos-optometristas su labor diaria en la práctica profesional de la adaptación de lentes de contacto y de la recomendación de las soluciones de mantenimiento más adecuadas para cada paciente.**

En esta 19ª edición del Fórum de Contactología, se ha presentado a los medios de comunicación la celebración del **Día Mundial de las Lentillas**, que tuvo lugar por primera vez en España el pasado 15 de abril, coincidiendo con el aniversario del nacimiento de Leonardo Da Vinci. Da Vinci, en su obra «Códice sobre el ojo» (1508), presentó un descubrimiento que se basaba en cómo se modifica la visión si sumergimos la cabeza en agua.
Este descubrimiento, muchos años después, dio lugar a las primeras lentes de contacto.

¡Gracias a todos los ópticos-optometristas que en 2023 habéis apoyado esta acción para informar sobre las ventajas de utilizar lentes de contacto!

Os animamos a todos a participar en la 20ª edición del Fórum de Contactología, este año 2024, y a celebrar juntos, con muchos otros países de Europa que se han enamorado de esta acción y que también la anunciarán en sus ópticas.

Vinilos para las ópticas

Gracias