

problemas de la vista



Visión CEVECE
2022 Semana 43

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica y Control de Enfermedades. Av. Fidel Velázquez No. 805, Col. Vértice. C.P. 50150. Tel. (722) 2193887. Estado de México.

daltonismo y miopía

- Cada síntoma puede ser una molestia inofensiva o una señal temprana de alguna condición más delicada. Sin embargo, como no es fácil identificar la diferencia, debes acudir inmediatamente a una consulta oftalmológica si notas cualquier cambio en tu visión.
- Se denomina enfermedad del ojo a todo problema que afecta la vista y puede pasar desapercibido, causar pequeñas molestias o incluso, desencadenar severas complicaciones como la pérdida de visión. Asimismo, en algunas enfermedades sistémicas los ojos son el primer órgano en resultar afectado, por lo que un examen de la vista puede detectar no solo enfermedades oculares, sino también patologías sistémicas como la diabetes, hipertensión, entre otras.
- Daltonismo o discromatopsia. Con este problema de la visión, las personas tienen dificultades para distinguir determinados colores, tales como azul, rojo y verde. Las manifestaciones van desde una ceguera total al color o una percepción alterada al color en la cual no se pueden diferenciar algunos tonos. El daltonismo (o, más precisamente, la deficiencia en la visión de los colores) es un trastorno hereditario que se transmite con carácter

dominante en varones, por lo que la afección se presenta en el 8% de los hombres. De todas las enfermedades de los ojos es muy rara en mujeres (menos del 1%).

- Miopía. La causa es un defecto refractivo producido porque el globo ocular es demasiado largo, aunque también puede ser el resultado de una córnea de forma atípica. Los rayos de luz se enfocan justo delante de la retina, en lugar de directamente sobre ella. La característica de esta enfermedad es que la o el paciente ve mal de lejos, pero muy bien de cerca. Se considera un defecto progresivo en la niñez, por lo que en niños, niñas y adolescentes de edad escolar es necesario el cambio frecuente en la medida de los lentes. Por lo general se estabiliza alrededor de los 20 años de edad. La miopía es un defecto visual que en la mayoría de los casos se corrige de manera exitosa con cirugía láser. Para aquellos y aquellas pacientes que no son candidatos/as a la cirugía láser, existe otra opción quirúrgica denominada implante de lente fáquico (lente ICL).

Las enfermedades de la vista más comunes se manifiestan a través de una serie de síntomas como: visión borrosa, manchas, resplandor en la noche, fatiga ocular, ojos secos, etc.

hipermetropía y presbicia

- Hipermetropía. Este problema es el resultado de un globo ocular demasiado corto o de un lente o córnea de forma atípica. Los rayos de luz se enfocan detrás de la retina y los objetos cercanos se ven borrosos. La visión de lejos también puede ser deficiente. Las y los niños con hipermetropía severa a menudo sufren de ojos cruzados (estrabismo) u ojo perezoso (ambliopía) y pueden tener problemas para leer. Las y los oftalmólogos recomiendan algunos exámenes de evaluación temprana de la visión, ideal entre los 2 y 3 años para iniciar el uso de correctores y evitar el ojo perezoso. La mayoría de las personas nacen con hipermetropía leve y la superan en la niñez. Cuando persiste, pueden ver bien los objetos distantes, pero los libros, la computadora y otros objetos cercanos se perciben de manera borrosa o generan dolor de cabeza y fatiga ocular. Se recomienda el uso de anteojos o lentes de contacto. La cirugía refractiva puede corregir la hipermetropía, pero es frecuente que el defecto vuelva por lo que su aplicación debe evaluarse cuidadosamente.

- Presbicia. La presbicia es la pérdida gradual de la capacidad de los ojos para enfocar objetos cercanos. Es un proceso natural y muchas veces incómodo del envejecimiento. Por lo general, la presbicia empieza a notarse entre los 40 y 45 años de edad, empeorando hasta alrededor de los 60 años. Sin embargo, algunos y algunas pacientes sufren de presbicia temprana y requieren el uso de anteojos solo para ver de cerca antes de los 40 años. La solución para esta enfermedad de la vista es usar anteojos para ver de cerca y, si tienes medida de lejos, existen las opciones de los lentes bifocales y progresivos que corrigen la visión de cerca y de lejos. Si usas lentes de contacto, pregúntale a la o el oftalmólogo acerca de los lentes de contacto para personas con presbicia.

Hipermetropía. Este problema es el resultado de un globo ocular demasiado corto o de un lente o córnea de forma atípica.

conjuntivitis, glaucoma y catarata

- **Conjuntivitis.** Es una de las enfermedades de la vista más frecuentes, tanto en niños y niñas como en adultos/as, que se caracteriza por una inflamación de la conjuntiva. Esta es una membrana mucosa que recubre la superficie del ojo y el interior de los párpados. La conjuntiva está protegida por la glándula lagrimal, la cual ayuda a eliminar los gérmenes y agentes externos. Cuando esta protección no es suficiente, se produce la conjuntivitis. La inflamación puede producirse por un virus, hongos, bacterias, alérgenos, uso de lentes de contacto o hasta sustancias químicas. La conjuntivitis puede producirse en uno o ambos ojos y generalmente se manifiesta de forma aguda y con secreción. Aunque no representa una amenaza grave para tu salud visual, si no es tratada adecuadamente puede afectar la córnea y dejar secuelas en tu visión.
- **Glaucoma.** Esta condición daña tu nervio óptico y por lo general no presenta ningún síntoma, la persona que lo padece percibe una disminución de la visión en estadios finales de la enfermedad. En la etapa inicial solo se ve afectada la visión lateral, por ello la persona con glaucoma no percibe ninguna pérdida de visión. Como el glaucoma es una afección asintomática que produce ceguera irreversible, las personas necesitan asistir a la o el oftalmólogo anualmente para que les realicen los exámenes de la vista, especialmente si refieren antecedentes familiares de

glaucoma o después de cumplir los 40 años de edad. El diagnóstico temprano permite a las y los médicos detener la enfermedad mediante tratamiento con medicamentos, láser o cirugía.

- **Catarata.** Una catarata es una opacidad de la transparencia normal del cristalino del ojo. Las personas que tienen cataratas, experimentan una sensación parecida a la de mirar a través de una ventana empañada o escarchada. Los signos y síntomas de las cataratas incluyen: visión opaca, borrosa o tenue; mayor dificultad para ver de noche; sensibilidad a la luz y al resplandor; necesidad de luz más brillante para leer y realizar otras actividades; visión de «halos» alrededor de las luces; cambios frecuentes en la prescripción de sus anteojos o lentes de contacto; pérdida de la capacidad para reconocer colores o ver todo en tono amarillento; y visión doble en un solo ojo. El tratamiento para la catarata es quirúrgico, la cirugía es muy sencilla y la gran mayoría de las y los pacientes solo requieren anestesia tópica (gotas) y cumplir con las indicaciones en el proceso de recuperación. Además, al operar la catarata se puede corregir la medida para ver de lejos (solo miopía o hipermetropía) con lentes intraoculares esféricas, si la persona tuviera astigmatismo, el lente a usar se denomina lente intraocular tórico.

Conjuntivitis. Es una de las enfermedades de la vista más frecuentes, tanto en niños y niñas como en adultos/as, que se caracteriza por una inflamación de la conjuntiva.

ojo seco, degeneración macular y astigmatismo

- **Ojo seco.** El síndrome del ojo seco o sequedad ocular se produce por una deficiente producción de lágrimas o por una excesiva evaporación. Esta condición suele ser progresiva y causa molestias en los ojos, problemas oculares y, en algunos casos, lesiones en la superficie ocular. Al tratarse de una condición multifactorial y crónica, es importante que se aborde de manera personalizada en cada paciente, dependiendo de su causa y severidad. En la mayoría de los casos, si se acude a una consulta oftalmológica a tiempo, se puede tratar de forma exitosa.
- **Degeneración Macular.** La degeneración macular asociada a la edad (DMAE) es una condición progresiva que se ha convertido en la principal causa de pérdida irreversible de la visión en las personas adultas mayores. Esta patología puede avanzar lentamente en algunas personas, por lo que un correcto monitoreo podría detectar manera intempestiva. Por ello, la mejor

forma de prevenir las enfermedades visuales es acudir con frecuencia a todos tus chequeos oculares y seguir los consejos para mantener tus ojos sanos.

- **Astigmatismo.** Si tienes astigmatismo en uno o ambos ojos, tu visión puede estar desenfocada a cualquier distancia. Esto sucede cuando la córnea, la "ventana" transparente que cubre la parte anterior del ojo, no tiene la forma correcta. Los rayos de luz no pueden enfocarse en un solo punto de la retina, ocasionando una visión con sombras. Es el defecto refractivo más frecuente, y es una de las causas principales de dolores de cabeza y fatiga ocular, pues la y el paciente, ven desenfocado de lejos y de cerca.

Ojo seco. El síndrome del ojo seco o sequedad ocular se produce por una deficiente producción de lágrimas o por una excesiva evaporación.

en México

- En México, la discapacidad visual es la segunda enfermedad más reportada según datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), y de acuerdo con los directivos de la Asociación para Evitar la Ceguera (APEC), en México hay un total de 2 millones 237 mil personas que tienen deficiencias visuales, siendo el glaucoma la principal causa de ceguera irreversible principalmente en personas de bajos recursos, edad avanzada y de zonas marginadas. Entre 40 y 50% de los casos de ceguera en México se deben a las cataratas, seguido de accidentes y enfermedades, glaucoma, desprendimiento de retina, miopía degenerativa, entre otras. El 30% de la población en México presenta algún problema visual; entre los más comunes se encuentran la miopía y el astigmatismo.
- Hay alrededor de 26 oftalmólogos/as por cada millón de habitantes, sin embargo, sobresale su mala distribución, ya que la mayoría de las y los médicos de la vista viven en las grandes ciudades, quedando rezagados los municipios en donde también hay miles de casos que requieren atención visual médica oportuna.
- Ocho de cada 10 casos de ceguera pueden prevenirse, pero más del 70% de la población no acude a consultas oftalmológicas y se resigna a vivir con su enfermedad, muchas personas no acuden a consultas oftalmológicas ya que desconocen que su afección tiene solución o creen que la atención a la

salud visual es de alto costo.

- La OMS considera que el daño visual supone enorme carga económica mundial, pues se calcula que los costos anuales por la pérdida de productividad asociada a deficiencias visuales por miopía y presbicia no corregidas, ascienden a 244 mil millones de dólares y 25 mil 400 millones de dólares, respectivamente.
- El 80% de los casos de ceguera son prevenibles y hasta curables, mientras que para el resto existen tratamientos e intervenciones quirúrgicas que les proporcionan mejor calidad de vida.
- Un problema reciente en la salud visual de las y los mexicanos es la retinopatía diabética, una lesión de las venas del interior del ojo que produce hemorragias y disminuye la visión, producto también de diabetes mal controlada.
- También se reconoce el "síndrome del ordenador", relativa a la cantidad de radiación que recibimos con frecuencia por el uso de estos aparatos y cuyos efectos son: resequedad en los ojos o enrojecimiento, dolor y comezón. Mientras mayor tiempo pasemos en lugares con luz artificial, tendremos una predisposición a desarrollar ese problema.

En el mundo existen, al menos, 2 mil 200 millones de personas con deterioro de la visión cercana o distante, en la mitad de ellas (mil millones aproximadamente) la afectación podría haberse evitado, de acuerdo con Organización Mundial de la Salud (OMS).

Nota: este tríptico es impreso en papel reciclable



Contacto



Opiniones

Gobierno del Estado de México

Secretaría de Salud

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica

y Control de Enfermedades

Fidel Velázquez 805, Col. Vértice,

Toluca, Estado de México, C.P. 50150

Teléfono: 01(722) 219 38 87

Si quieres estar en contacto con nosotros vía internet y realizar comentarios, visítanos en:

www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/

correo: cevece@salud.gob.mx

o síguenos por:

