

Salud de los ojos

Mitos y hechos:

Clarificar algunos conceptos erróneos sobre los exámenes oculares

(NAPSM) — Siempre se está recordando a la gente a que se alimenten bien y que hagan ejercicio para que se mantengan sanos. ¿Pero qué hacer en cuanto a la salud de los ojos? Docenas de enfermedades y condiciones oculares tales como la diabetes, presión arterial alta y algunos tipos de cáncer se pueden diagnosticar y detectar gracias a un sencillo examen ocular.

Esto se debe a que el ojo es en realidad parte del sistema nervioso. Un médico especialista de los ojos puede detectar anomalías en los vasos sanguíneos finos en la parte posterior del ojo antes de que se noten en otras partes del cuerpo. Un problema que se detecta en los ojos puede ser una señal de cambios relacionados a la salud, que de otra manera no se podrían haber detectado.

La verdad sobre la salud ocular

A continuación señalamos los hechos en cuanto a ciertos mitos comunes sobre los exámenes oculares:

- **Mito:** Los exámenes oculares se realizan solamente para recetas de anteojos.
- **Hecho:** Hay dos tipos diferentes de exámenes oculares:

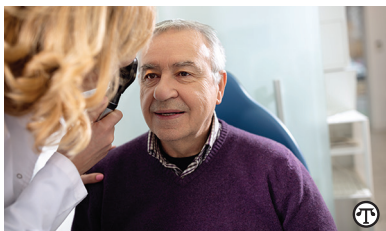
1. Típicamente, un examen ocular completo es realizado por un oftalmólogo, el médico que se especializa en la salud y cirugía ocular. Su oftalmólogo le dilatará las pupilas con unas gotas. Esto le permitirá examinar la retina y el nervio óptico, localizado en la parte posterior del ojo, para ver si hay daños causados por alguna enfermedad.

2. Un examen ocular de rutina determina si usted necesita anteojos o lentes de contacto para ver claramente. Le pedirán que lea letras al azar que se vuelven más pequeñas para determinar como lee a diferentes distancias. Este examen es normalmente realizado por un optometrista.

- **Mito:** Usted no necesita un examen ocular a menos que tenga problemas de la visión.
- **Hecho:** No espere hasta notar que tiene un problema de la visión para hacerse un examen de los ojos. Algunas enfermedades y condiciones oculares no tienen señales tempranas que anuncian la pérdida de la visión; uno pierde la vista sin advertencia. Pero si se detectan temprano, normalmente, la visión se puede salvar.

Recomendaciones para el examen ocular

La Academia Americana de Oftalmología (American Academy of Ophthalmology) recomienda hacerse un examen ocular de base a los 40 años, el momento en el que los síntomas tempranos de una enfermedad o de cambios en la visión pueden ocurrir. Esto es importante y parecido a un examen de base para detectar diabetes o cáncer. Si usted tiene 65 años de edad o más, asegúrese de revisar sus ojos cada uno o dos años para detectar señales de



Es aconsejable que un profesional cheque sus ojos con regularidad.

enfermedades oculares relacionadas con la edad, como cataratas, degeneración macular y glaucoma.

Cuidado ocular para salvar la vista

Si usted es mayor de 65 años y está preocupado por el costo de un examen, el programa EyeCare America® de la Academia Americana de Oftalmología puede ayudar. EyeCare America ofrece exámenes oculares normalmente sin costo alguno para personas elegibles gracias a una red de aproximadamente 6,000 oftalmólogos voluntarios. Dos programas de EyeCare America han ayudado a casi 2 millones de personas. El programa Seniors conecta a personas mayores elegibles con un oftalmólogo voluntario para que se realicen un examen ocular sin costo alguno por hasta un año, mientras que el programa Glaucoma, ofrece exámenes de glaucoma a individuos elegibles que están en riesgo incrementado de desarrollar glaucoma, determinado por su edad, raza e historial familiar.

Elegibilidad para los programas:

Programa Seniors:

- Ser ciudadano estadounidense o residente legal
- Ser mayor de 65 años
- No pertenecer a un HMO o tener cobertura ocular mediante la VA
- No haber visitado a un oftalmólogo en tres años o más.

Programa Glaucoma:

- Ser ciudadano estadounidense o residente legal
- No pertenecer a un HMO o tener cobertura ocular mediante la VA
- No haber tenido un examen ocular en 12 meses o más
- Estar en riesgo incrementado de desarrollar glaucoma, determinado por su edad, raza e historial familiar.

Aprenda más

Para mayor información sobre el programa y para ver si usted, un miembro de su familia u otra persona que conoce podría ser elegible, visite www.aaopt.org/eyecareamerica.

El programa EyeCare America está copatrocinado por la fundación Knights Templar Eye Foundation, Inc., con apoyo adicional de Alcon.