

Cataratas

Por: **Jonna Jefferis**

Una catarata es una nebulosidad u oscurecimiento que se desarrolla en la lente del ojo, que por lo general es transparente. Puede formarse cuando las células de la lente se dañan y amontonan, lo que bloquea la luz que entra en el ojo. Cuando la lente no puede enfocar la luz de forma adecuada en la retina, se pierde la visión.

Nadie está seguro de por qué se dañan las células, pero se piensa que es parte del proceso natural de envejecimiento, ya que las cataratas afectan a casi la mitad de todos los estadounidenses mayores de 65 años de edad. Sin embargo, ocasionalmente se detectan cataratas en personas jóvenes e incluso en recién nacidos. Esto también puede ser resultado de una lesión o enfermedad. Las cataratas por lo general se desarrollan en ambos ojos, pero a velocidades distintas. Algunas tardan años en desarrollarse y otras se forman en unos cuantos meses. Su oculista podrá determinar si usted tiene una catarata durante un examen ocular integral.

Por lo general, las cataratas no provocan dolor o irritación. Los síntomas pueden variar e incluyen:

- Visión borrosa, doble o distorsionada
- La aparición de puntos oscuros o sombras que parecen moverse cuando mueve sus ojos
- Una mayor necesidad de tener más luz para ver claramente
- Pérdida gradual de la visión del color, los colores pueden parecer amarillentos
- Miopía que va empeorando
- Una etapa temporal en que la visión parece mejorar de repente y no se necesita usar gafas



La cirugía es el único tratamiento comprobado para las cataratas. Por lo general no se realiza a menos que la catarata interfiera con las actividades cotidianas y sólo hasta entonces. En la etapa temprana, al desarrollarse la catarata, su oculista puede recetar cambios en sus gafas o lentes de contacto para ayudarle a ver con más claridad.

La cirugía de cataratas es poco complicada y la recuperación es rápida. Se realiza de forma ambulatoria y tiene una tasa de éxito del 95%. Al momento de la cirugía y después de retirar la catarata, la vista se restaura al insertar una lente intraocular dentro del ojo para sustituir su lente natural.

Las cataratas son una de las causas de la pérdida de la visión que son más reversibles. Por eso es esencial someterse a exámenes oculares completos. Las revisiones regulares son importantes para garantizar que su visión sea nítida y sus ojos sigan sanos.

Usted puede ayudar a mantener su salud ocular al limitar la exposición al humo y la contaminación del aire, haciendo ejercicio con frecuencia, comiendo sanamente y protegiendo sus ojos con gafas para sol y un sombrero si se expone al sol.

Fuentes: American Optometric Association, University of Michigan Health System Web site

DAVISVISION
SEE LIFE

www.davisvision.com