

¿QUÉ ES UNA CATARATA?

La catarata es la pérdida de transparencia del cristalino del ojo, lo cual afecta a la visión. El cristalino es la parte clara del ojo que ayuda a enfocar la luz o una imagen sobre la retina. El cristalino debe estar claro para que la retina reciba una imagen nítida. Si el cristalino pierde su transparencia debido a una catarata, la imagen que se ve será borrosa. Las cataratas relacionadas con la edad pueden afectar la visión de una persona de dos maneras: 1) El amontonamiento de proteínas reduce la nitidez de la imagen que alcanza a la retina. 2) El cristalino claro cambia lentamente hacia un color amarillento/amarronado, agregando un tinte amarronado a la visión.

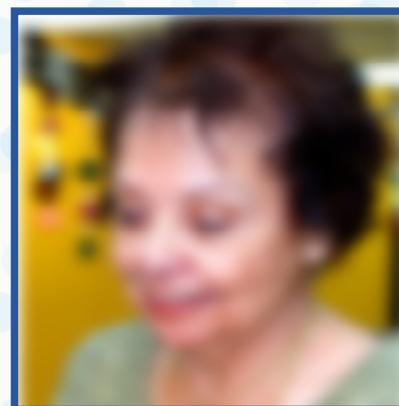
Los síntomas más comunes de una catarata son una visión nublada o borrosa, colores que parecen atenuados, el resplandor o la luz pueden parecer demasiado brillantes o que tienen un halo alrededor de las lámparas, mala visión nocturna, doble visión y cambios frecuentes en la prescripción de anteojos o lentes de contacto.

¿QUIÉN TIENE EL RIESGO DE PADECER CATARATAS?

Las cataratas son muy comunes en personas mayores. A la edad de 80 años, más de la mitad de todos los estadounidenses tiene catarata o ha tenido una cirugía de cataratas. Las personas pueden tener una catarata relacionada con la edad después de los 40 ó 50 años pero entrando en la madurez, la mayoría de las cataratas son pequeñas y no afectan a la visión.



VISIÓN NORMAL



CON CATARATAS

¿QUIÉN TIENE EL RIESGO DE PADECER CATARATAS?

Después de los 60 años es cuando en la mayoría de los casos, las cataratas afectan la visión. Otros factores de riesgo son la diabetes, el hábito de fumar, el consumo de alcohol y la exposición prolongada a la luz del sol.

¿CÓMO SE DETECTA Y SE TRATA UNA CATARATA?

Si una persona tiene 60 años o más, las cataratas pueden detectarse si se realiza un examen ocular integral con pupila dilatada al menos cada dos años. Los síntomas de una catarata temprana pueden mejorarse con nuevos anteojos, lámparas más brillantes, anteojos anti-reflejantes o con una lupa. Si estas medidas no ayudan, el único tratamiento efectivo es la cirugía. La cirugía involucra la extracción del cristalino opacado y su reemplazo con una lente artificial. En alrededor del 90% de los casos, las personas que han recibido una cirugía por cataratas, mejoraron su visión.

El uso de anteojos para el sol y una gorra para bloquear los rayos ultravioletas puede ayudar a retrasar las cataratas. También se recomienda el consumo de verduras de hojas verdes, frutas y otros alimentos con antioxidantes.



1-800-BRAILLE (272-4553)

WWW.INSTITUTOBRAILLE.ORG

LOS ÁNGELES SIGHT CENTER

741 North Vermont Avenue

Los Angeles, CA 90029