

[ EXÁMENES ANUALES Y DIAGNÓSTICOS ]

## Dificultades visuales que vienen con el avance de la edad

Los especialistas coinciden que los aparatos tecnológicos como pantallas de celulares o tablets generan daños en la visión con el tiempo. Por eso recomiendan no exceder la exposición, como también otros cuidados que son importantes incorporar durante toda la vida.

Por: Germán Kreisel

**De todos los sentidos la vista es el más desarrollado por el ser humano. A través de la vista realizamos gran parte de las actividades diarias, ya que hasta el 80% de todas las impresiones que percibimos llegan a través de ella.**

Según cifras del Informe mundial sobre la visión de la OMS, las afecciones oculares son muy comunes, y por lo menos 2.200 millones de personas padecen alguna deficiencia visual o ceguera, y de ellas, al menos 1.000 millones tienen una deficiencia visual que podría haberse evitado o que aún no se ha tratado. En Chile se estima que cerca de 850.000 personas sufren de deficiencia visual y de ellas, aproximadamente 80.000 son ciegas.

En esa línea, uno de los cambios fisiológicos que ocurren pasados los años se relacionan con la visión. Por ejemplo, las cataratas, degeneración macular asociada al envejecimiento o glaucoma son algunos de los problemas oculares más comunes en la tercera edad.



Foto: Freepik

Sin embargo, existen dos enfermedades que están asociadas a la diabetes, enfermedad que en Chile alcanza un 12% de incidencia en la población, y que son las causas más importantes de ceguera en el país: la retinopatía diabética y la presbicia. La primera, afecta a una de cada tres personas con diabetes en el mundo, y a nivel nacional representa entre un 24 y 28% de los diabéticos.

En tanto, la presbicia, también es común en las personas de edad avanzada. En ese sentido, esta enfermedad se puede corregir de manera no quirúrgica, con anteojos y lentes de contacto, y de manera quirúrgica. El método más común es el uso de lentes, que reemplazan la acción que va perdiendo el cristalino. Estos lentes pueden ser unifocales, sólo para uso en la visión de cerca (50 centímetros); bifocales, que permiten en un solo lente la visión de cerca y lejos; y multifocales, que como su nombre lo dice, corrigen la visión de lejos, de media distancia (tres metros) y de cerca, en un solo lente.

En tanto, la degeneración macular es producida cuando la visión central es borrosa o reducida y es la principal causa de la pérdida de visión en personas mayores de 60 años.

### Lentes de contacto

Una de las soluciones para pacientes que necesitan mejorar su visión son los lentes de contacto. Estos lentes no solo permiten

reemplazar los anteojos tradicionales, sino que también permiten realizar actividades con más libertad y dan a la persona una nueva oportunidad para dejar atrás los años de anteojos, otorgándoles más seguridad y comodidad.

Existen lentes de contacto para distintas afecciones visuales. Estos pueden corregir dificultades como la miopía, astigmatismo, hipermetropía y presbicia. Los especialistas recomiendan una revisión anual de la vista ya que la visión puede parecer buena, pero existen dificultades que no se notan. Hacerse un examen anual puede ayudar a obtener un tratamiento temprano e impedir el avance de algún problema oftalmológico.

El 80% de los casos de ceguera que existen actualmente en el mundo, podrían haberse evitado e incluso curado totalmente.