



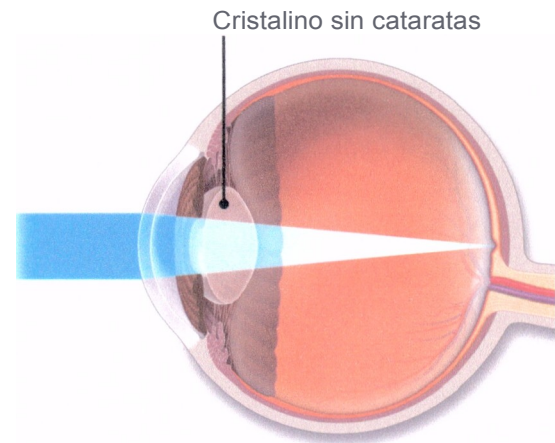
¿Qué es una catarata?

Dentro de los ojos, tenemos un **lente** natural. El lente, o cristalino, dobla (refracta) los rayos de luz que ingresan en el ojo para ayudarnos a ver. El cristalino debe ser transparente. Pero si tiene catarata, el cristalino se nubla. Es similar a mirar a través de un parabrisas empañado o empolvado. Con catarata, las cosas pueden lucir borrosas, nubladas o menos coloridas.

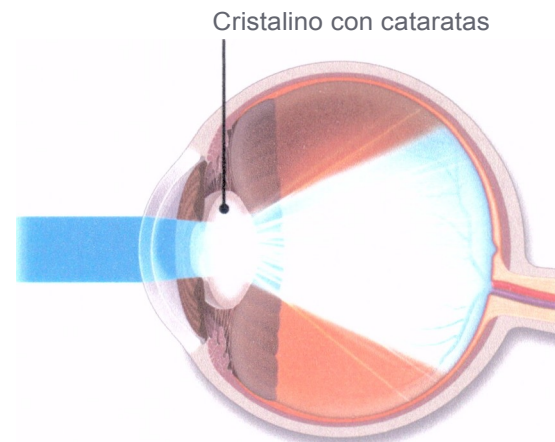
Cuáles son los síntomas de una catarata?

Estos son algunos cambios en la visión que puede notar si tiene catarata:

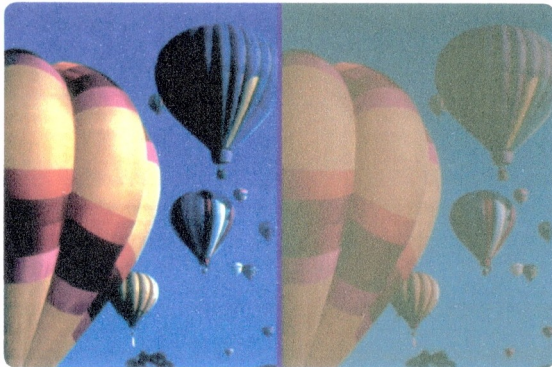
- **Visión borrosa**
- Ver doble (cuando ve dos imágenes en lugar de una)
- Mucha sensibilidad a la luz
- Tener dificultad para ver bien de noche o necesitar más luz para leer
- Ver los colores brillantes atenuados o amarillentos



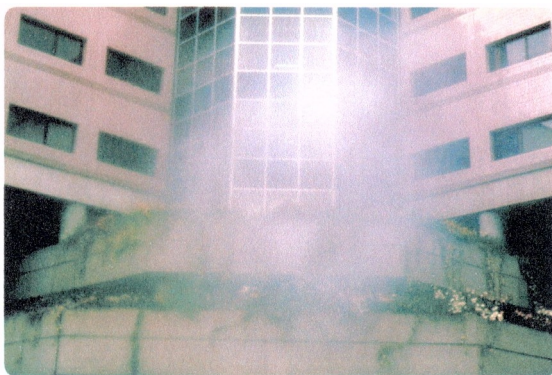
En un ojo normal, el lente transparente permite que la luz sea enfocada apropiadamente sobre la retina.



En un ojo con catarata, la luz se dispersa dentro del ojo, en lugar de ser enfocada directamente sobre la retina.



A la izquierda, una vision normal. A la derecha, una vision con falta de brillo o amarillenta.



Vision borrosa u oscura.

¿Que causa las cataratas?

El envejecimiento es la causa mas com(m de las cataratas. Esto se debe a cambios normales en el ojo que se producen despues de las 40 anos aproximadamente. A partir de esa edad, las proteinas normales del cristalino comienzan a desintegrarse. Esto hace que el cristalino se vuelva nublado. Las personas de mas de 60 anos suelen tener sus cristalinos algo nublados. Sin embargo, puede que no tenga problemas de vision hasta anos despues.

Estas son otras razones par las que puede tener catarata:

- Tener parientes, hermanos, hermanas u otros familiares con cataratas.
- Tener determinados problemas medicos, como diabetes.
- Haber tenido una lesion ocular, una cirugia de ojos o tratamientos de radiacion en la parte superior del cuerpo.
- Haber pasado mucho tiempo bajo el sol, especialmente sin gafas de sol que le protegen las ojos de las rayos ultravioletas (UV) perjudiciales.

La mayoría de las cataratas por la edad se desarrollan gradualmente. Otras cataratas se pueden desarrollar mas rapidamente, coma en las personas mas jovenes o en personas con diabetes. Los medicos no pueden pronosticar cuan rapidamente se desarrollara la catarata de una persona.

Es posible que retrase el desarrollo de la catarata.

Proteger los ojos de la luz solar es la mejor manera de hacer esto. Use gafas de sol que filtren los rayos de luz ultravioleta (UV) del sol. Tambien puede usar anteojos normales con una capa transparente anti UV. Hable con su medico para Obtener mas informacion.

i. Como se trata las cataratas?

Las cataratas pueden extraerse solo con cirugía.

Si los síntomas de catarata no le molestan demasiado, no hace falta removerla. Quizá solo necesite una nueva receta de anteojos para ver mejor. Debe considerar la cirugía cuando la catarata le impide hacer cosas que quiere o necesita hacer.

En que consiste la cirugía de catarata?

Durante la cirugía de catarata, el cirujano de ojos le extraerá el cristalino natural nublado del ojo. Posteriormente, él o ella lo reemplazará con un lente artificial. Ese cristalino se denomina lente intraocular (IOL, por sus siglas en inglés). Cuando decida someterse a una cirugía de catarata, su médico le hablará sobre los IOL y sobre cómo funcionan.

Las personas que se han realizado cirugía de catarata pueden volver a tener visión nublada una vez pasados varios años. Esto se suele deber a que la capsula del ojo se ha vuelto nublada. La capsula es la parte del ojo que sostiene al IOL en su lugar. Su oftalmólogo puede usar un láser para abrir la capsula nublada y restaurar la visión clara. Esto se llama capsulotomía.

Las cataratas son una causa muy común de pérdida de la visión en las personas, pero pueden ser tratadas. Usted y su oftalmólogo deben hablar sobre sus síntomas de catarata. Juntos pueden decidir si está listo para la cirugía de catarata.

Resumen

Cuando tiene catarata, el cristalino del ojo, normalmente transparente, se vuelve nublado. Eventualmente, la visión se le nublará y se pondrá borrosa. La única manera de eliminar una catarata es por medio de la cirugía. Durante una cirugía de cataratas, el lente turbio es removido es reemplazado con un lente artificial.

No es necesario que se someta a una cirugía de catarata si los síntomas no son tan graves. Debe considerar la cirugía cuando la catarata le impide realizar sus actividades cotidianas.

Es posible retrasar el desarrollo de las cataratas protegiéndose los ojos del sol.

Es importante visitar a su oftalmólogo con regularidad para evaluar los ojos y los cambios en la visión.

Si usted tiene preguntas sobre la visión, hable con su oftalmólogo. Él o ella tiene un compromiso con la protección de sus ojos.

Infórmese más sobre la salud ocular en OjosSanos-una publicación de la Academia Americana de Oftalmología- en aao.org/salud-ocular.

CORTESIA DE:

