



Dirección: San Martín 1159, Concepción
Correo: contacto@masvision.cl
Teléfono: Teléfono: 41 2 241002
Whatsapp: +56 9 8191 0467

Miopía

La miopía, también conocida como "visión corta" o "corto de vista", es una condición visual en la cual los objetos cercanos se ven claramente, mientras que los objetos lejanos se ven borrosos. Es un problema de refracción común que afecta a millones de personas en todo el mundo y puede variar desde leve a severo.

Causas de la Miopía

La miopía ocurre cuando el ojo enfoca la luz delante de la retina en lugar de directamente sobre ella. Esto puede ser resultado de dos factores principales:

1. Forma del globo ocular: En la mayoría de los casos, la miopía es causada por un globo ocular que es más largo de lo normal. Esta elongación hace que los rayos de luz se enfoquen antes de llegar a la retina.
2. Curvatura de la córnea: La miopía también puede ser el resultado de una curvatura excesiva de la córnea, lo que hace que los rayos de luz se enfoquen en un punto anterior a la retina.

Factores de Riesgo

Diversos factores pueden aumentar el riesgo de desarrollar miopía, incluyendo:

1. Genética: La miopía tiende a ser hereditaria. Si uno o ambos padres son miopes, es más probable que sus hijos también lo sean.
2. Entorno: Actividades que implican el enfoque prolongado en objetos cercanos, como la lectura, el uso de computadoras y otros dispositivos electrónicos, pueden contribuir al desarrollo de la miopía.
3. Poca exposición a la luz natural: Algunos estudios sugieren que pasar menos tiempo al aire libre y la exposición limitada a la luz natural pueden aumentar el riesgo de miopía en los niños.

Síntomas de la Miopía

Los síntomas de la miopía pueden incluir:

1. Visión borrosa de objetos lejanos: Las personas con miopía tienen dificultad para ver claramente objetos lejanos, como señales de tráfico o la pizarra en una sala de clases.
2. Necesidad de entrecerrar los ojos: Para enfocar objetos distantes, las personas miopes pueden entrecerrar los ojos.



Dirección: San Martín 1159, Concepción
Correo: contacto@masvision.cl
Teléfono: Teléfono: 41 2 241002
Whatsapp: +56 9 8191 0467

3. Dolores de cabeza: El esfuerzo constante por ver claramente puede causar fatiga ocular y dolores de cabeza.
4. Fatiga ocular: Leer o trabajar en tareas cercanas durante períodos prolongados puede causar fatiga ocular.
5. Dificultad para ver de noche: La miopía puede hacer que la visión nocturna sea más difícil.

Diagnóstico

El diagnóstico de la miopía se realiza a través de un examen ocular completo llevado a cabo por un optometrista u oftalmólogo. Este examen puede incluir:

1. Prueba de agudeza visual: Utilizando una tabla optométrica, el profesional medirá la claridad de la visión a diversas distancias.
2. Refracción: Una prueba de refracción determina la receta exacta para gafas o lentes de contacto al evaluar cómo la luz se enfoca en la retina.
3. Examen de la salud ocular: Se examinarán las estructuras internas y externas del ojo para descartar otras condiciones oculares.

Tratamiento

La miopía puede ser corregida con diversas opciones, que van desde lentes correctivos hasta cirugía. Las principales opciones de tratamiento incluyen:

1. Gafas: Las gafas con lentes divergentes son la opción más común y sencilla para corregir la miopía. Ayudan a enfocar la luz correctamente en la retina.
2. Lentes de contacto: Ofrecen una visión más natural y son una buena opción para personas activas. Pueden ser blandas, rígidas permeables al gas (RGP) o desechables.
3. Ortoqueratología: Este tratamiento no quirúrgico utiliza lentes de contacto rígidas para remodelar la córnea temporalmente y mejorar la visión durante el día sin necesidad de gafas o lentes de contacto.



Dirección: San Martín 1159, Concepción
Correo: contacto@masvision.cl
Teléfono: Teléfono: 41 2 241002
Whatsapp: +56 9 8191 0467

Opciones Quirúrgicas

Para aquellos que buscan una solución permanente, existen opciones quirúrgicas como:

1. LASIK (Keratotomía In situ Asistida por Láser): Un procedimiento en el cual se utiliza un láser para remodelar la córnea, mejorando la capacidad del ojo para enfocar la luz correctamente.
2. PRK (Queratectomía Fotorrefractiva): Similar a LASIK, pero sin la creación de un colgajo corneal. El láser se aplica directamente a la superficie de la córnea.
3. Lentes intraoculares fáquicas: Implante de lentes dentro del ojo sin extraer el cristalino natural. Es una opción para aquellos con miopía alta o que no son candidatos ideales para LASIK o PRK.

Prevención y Manejo de la Miopía

Aunque la miopía no se puede prevenir completamente, ciertos hábitos pueden ayudar a reducir su progresión:

1. Control del tiempo en pantallas y lectura: Limitar el tiempo dedicado a tareas que requieren enfoque cercano continuo y tomar descansos frecuentes.
2. Actividades al aire libre: Pasar más tiempo al aire libre, especialmente en la infancia, puede reducir el riesgo de desarrollar miopía.
3. Exámenes oculares regulares: Los chequeos regulares permiten detectar cambios en la visión y ajustar las recetas de lentes según sea necesario.

Impacto de la Miopía en la Vida Diaria

La miopía puede afectar varias áreas de la vida diaria, incluyendo el desempeño académico y profesional, así como la capacidad para disfrutar de actividades recreativas y deportivas. Con la corrección adecuada, sin embargo, las personas con miopía pueden llevar una vida normal y activa.

En resumen, la miopía es una condición visual común que afecta la capacidad de ver objetos lejanos claramente. A través de diagnósticos regulares y opciones de tratamiento adecuadas, las personas pueden gestionar eficazmente esta condición y mantener una buena calidad de vida.