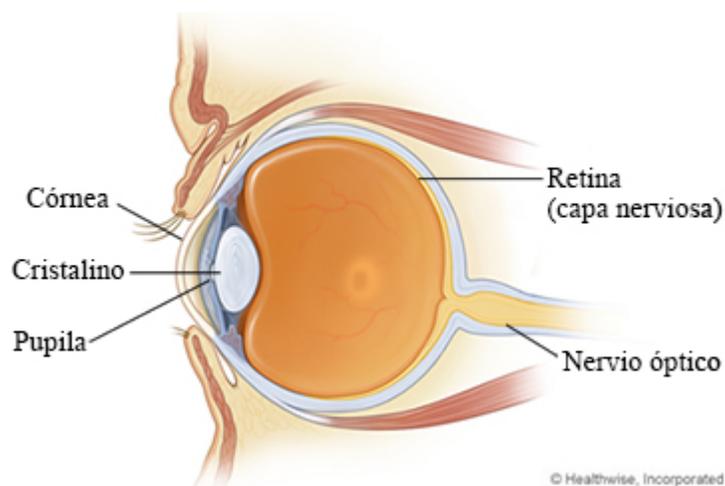


Aprenda sobre sus ojos [Learning About Your Eyes]



¿Qué hacen sus ojos?

Usted ve con sus ojos.

En un ojo sano, la luz pasa a través de la pupila. El cristalino entonces enfoca la luz en la retina en la parte posterior del ojo. La retina convierte la luz a señales eléctricas que van al cerebro. Este convierte las señales en imágenes.

¿Qué problemas pueden ocurrirles a sus ojos?

Los problemas con los ojos pueden incluir:

- Infecciones. Estas incluyen conjuntivitis, orzuelos o blefaritis.
 - La conjuntivitis es un enrojecimiento e hinchazón del revestimiento del párpado y la superficie del ojo. Un líquido gris o amarillo puede exudar del ojo.
 - Un orzuelo es una infección en las diminutas glándulas sebáceas a lo largo del borde del párpado. Su párpado puede estar hinchado o sensible. Y puede tener un bulto sensible en él. Puede salir líquido de este bulto.
 - La blefaritis es una inflamación o infección del párpado. Es posible que el borde del párpado pique y se vuelva rojo e irritado. También puede tener llagas en el párpado y el ojo puede arder o picar.
- Lesiones oculares, como una sustancia química o un objeto en el ojo.

Los problemas oculares a largo plazo pueden incluir:

- Cataratas. Esto es una zona indolora y opaca en el cristalino del ojo. Impide que la luz llegue a la retina y puede causar problemas de visión.
- Miopía. Esto significa que es difícil ver cosas que están lejos de usted.

- Hipermetropía. Esto significa que es difícil ver cosas que están cerca de usted.
- Degeneración macular. Esto es la pérdida de la visión central.
- Glaucoma. Esto hace que usted pierda visión, sobre todo visión lateral. Puede conducir a la ceguera.
- Retinopatía diabética. Esta puede dañar la retina y hacer que su visión empeore con el tiempo.

¿Cómo puede prevenir problemas en los ojos?

- No se frote los ojos. Frotarse puede irritarlos. También puede dejar entrar bacterias en los ojos y causar infecciones. Si necesita tocarse los ojos, lávese las manos primero.
- Protéjase los ojos del polvo y de la contaminación del aire. Por ejemplo, use gafas protectoras cuando rastrille o corte el césped.
- Si tiene diabetes, mantenga bajo control su nivel de azúcar en la sangre.
- Use anteojos o gafas de protección al trabajar con herramientas mecánicas o productos químicos o al martillar clavos.
- Use anteojos o gafas de protección al practicar deportes que puedan ser peligrosos para los ojos. Estos incluyen el racquetball y el hockey.
- Cuando esté al sol, use gafas de sol que bloqueen los rayos UV y sombreros de ala ancha. Protéjase los ojos cuando use lámparas de bronceado o cabinas de bronceado.
- Hágase chequeos regulares de la vista:
 - Cada 2 años si usa anteojos.
 - Cada 5 años si no usa anteojos.
 - Según se lo recomiende su médico si tiene diabetes, antecedentes familiares de problemas oculares o un problema de la vista como glaucoma, cataratas o degeneración macular.
 - Según se lo recomiende su médico si toma medicamentos que puedan afectar a los ojos. Estos incluyen cualquier medicamento que se coloque en los ojos, medicamentos que previenen la formación de coágulos sanguíneos y medicamentos para los problemas de control de la vejiga.

¿Dónde puede encontrar más información en inglés?

Vaya a <https://spanishkb.healthwise.net/Patientedes>

Escriba **W493** en la celda de búsqueda para aprender más acerca de "**Aprenda sobre sus ojos**".

©2006-2022 Healthwise, Incorporated.

Estas instrucciones de cuidado son para usarlas con su profesional clínico registrado. Si tiene preguntas acerca de una afección médica o de estas instrucciones, pregunte siempre a su profesional de la salud. Healthwise, Incorporated niega cualquier garantía o responsabilidad por su uso de esta información.