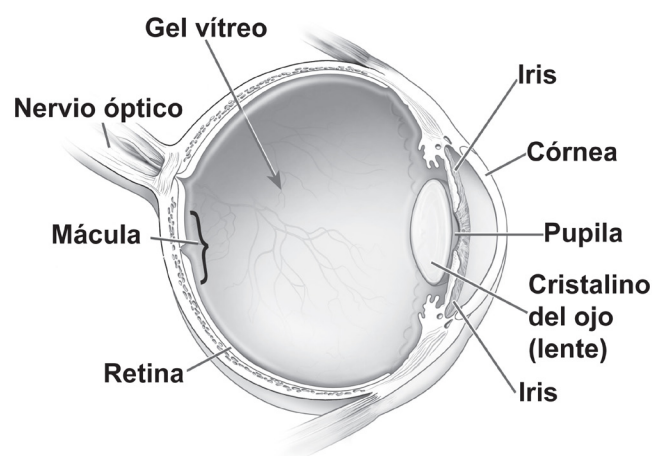


1

¿Qué es una catarata?

Una catarata ocurre cuando el cristalino (lente) del ojo se nubla, lo que podría causar pérdida de la visión en uno o ambos ojos. La catarata no se transmite de un ojo al otro.



2

¿Qué causa una catarata?

El cristalino del ojo está compuesto en su mayoría por agua y proteína. Con la edad, algunas de las proteínas se acumulan y comienzan a nublar el cristalino del ojo. Según pasa el tiempo, esta “nube” puede crecer y cubrir una gran parte del cristalino, lo que hace más difícil ver. Fumar, tomar alcohol, tener diabetes y la exposición prolongada al sol también pueden causar una catarata.

3

¿Quién tiene más probabilidad de desarrollar una catarata?

Las personas de edad avanzada generalmente desarrollan cataratas. Pero las personas entre 40 y 50 años también pueden desarrollarla, especialmente si se han lesionado un ojo. El riesgo de tener catarata aumenta después de los 60 años y para cuando llegan a los 80 años, más de la mitad de las personas en los Estados Unidos tendrán una catarata o habrán tenido una cirugía de catarata.



Visión normal.



La misma escena vista por una persona con catarata.

4

¿Cuáles son los síntomas de una catarata?

Cuando se empieza a desarrollar una catarata, puede que las personas no noten un cambio mayor en su visión. Esta se puede volver borrosa, como si estuvieran mirando a través de

una ventana nublada o los colores podrían no parecerles tan brillantes como eran antes. Según la “nube” en el cristalino del ojo crece, puede que les sea más difícil leer. También puede que el brillo de la luz de las lámparas o de las luces de los automóviles les haga ver más destellos de noche. Inclusive, puede ser que necesiten cambios frecuentes en la receta de sus anteojos.

5

¿Cómo puede saber si tiene una catarata?

Un oculista puede decirle si tiene catarata a través de un examen completo de los ojos con dilatación de las pupilas. Durante el examen, le ponen gotas en los ojos para agrandar, o dilatar, las pupilas. Luego el oculista utiliza un lente especial para ver dentro del ojo. Este examen puede ayudar a detectar las cataratas y otros problemas de la vista. Después del examen, su visión puede permanecer borrosa por varias horas.

6

¿Cuándo se debe tratar una catarata?

La catarata se debe tratar cuando se hace difícil llevar a cabo las actividades diarias, tales como leer o manejar. Pero primero, usted y su oculista deben hablar sobre lo que es mejor en su caso. Usted nunca se debe apresurar a tomar esta decisión.

7

¿Cómo se puede tratar una catarata?

Cuando se empieza a desarrollar la catarata, el oculista podría recetarle anteojos y sugerirle que use luz más brillante, gafas anti-reflectoras para el sol o lentes de aumento. Si estas medidas no le ayudan, podría recomendarle que se haga una cirugía. Durante la cirugía, el oculista adormece el área alrededor del ojo, remueve el cristalino opaco y lo reemplaza con uno nuevo.

8

¿Qué puede hacer para proteger su visión?

Para retrasar una catarata, utilice anteojos de sol y un sombrero con ala para bloquear los rayos ultravioleta. También debe dejar de fumar y comer más vegetales de hojas verdes, frutas y alimentos con antioxidantes. Si usted tiene más de 60 años, debe hacerse un examen completo de los ojos con dilatación de las pupilas por lo menos una vez al año.



Además de ver si tiene catarata, su oculista podrá revisar si hay señales de otros problemas como el glaucoma y la degeneración macular relacionada con la edad. El tratamiento temprano para estas otras enfermedades de los ojos puede salvar su visión.

Para más información,
comuníquese con—

Instituto Nacional del Ojo
Institutos Nacionales de la Salud
2020@nei.nih.gov
www.nei.nih.gov



National Eye Institute



**National Eye Health
Education Program
NEHEP**

Un programa de los Institutos
Nacionales de la Salud

NIH...Transformación de Descubrimientos en Salud®

Núm. de Publicación de NIH 12-3463S (revisado en 2013)

No pierda de vista la catarata



**Información para
personas en riesgo**