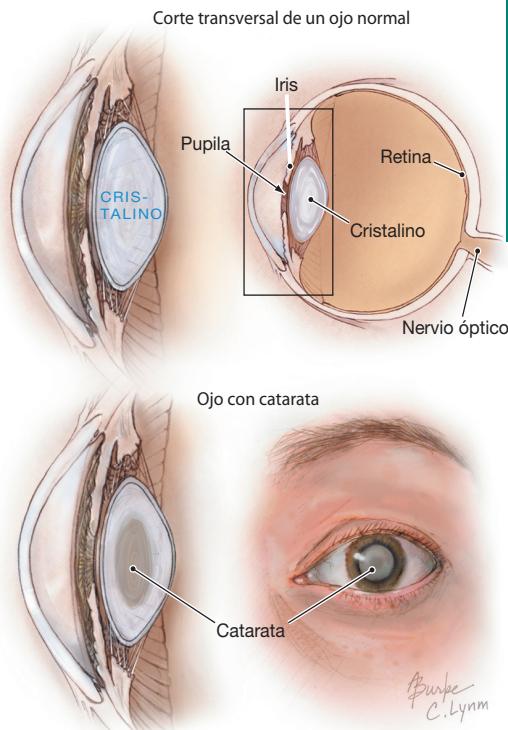


Cataratas

Las cataratas son la principal causa de ceguera en todo el mundo. Pueden producirse a cualquier edad, pero en su mayoría se desarrollan en personas de más de 40 años y se consideran una enfermedad ocular relacionada con la edad. La catarata consiste en la opacidad del **crystalino** del ojo. El cristalino es un disco transparente que se encuentra detrás de la **pupila** (orificio oscuro ubicado en el centro del ojo) y del **iris** (la parte distintiva de color alrededor de la pupila). El cristalino ayuda a focalizar la luz en la **retina**, ubicada en la parte posterior del ojo, donde se crean las señales nerviosas y se transmiten al cerebro para crear la imagen visual de lo observado. El cristalino está compuesto por agua, proteínas y polisacáridos. Con el paso de los años, algunas de las proteínas comienzan a aglutinarse, y se opaca el área del cristalino asociado con estas proteínas. Esto provoca un cambio gradual en el cristalino, de transparente a marrón amarillento. La luz que atraviesa el cristalino con una catarata no se focaliza con claridad en la retina, de modo que las imágenes recibidas desde el cerebro pueden ser borrosas o tener un tinte marrón. Las cataratas pueden evolucionar con el transcurso de los años y no requerir tratamiento, a menos que comprometan la visión, o impidan el examen o el tratamiento de otros trastornos oculares. El número de *JAMA* del 20 de mayo de 2009 incluye un artículo acerca de la cirugía de cataratas.



FACTORES QUE CONTRIBUYEN AL DESARROLLO DE CATARATAS

- Envejecimiento normal
- Diabetes
- Tabaquismo
- Consumo excesivo de alcohol
- Lesión ocular
- Exposición acumulada a la radiación ultravioleta (UV) de la luz solar
- Determinados medicamentos, en particular, el uso prolongado de corticosteroides

SÍNTOMAS DE LAS CATARATAS

- Visión borrosa
- Visión con tinte marrón
- Colores más apagados
- Halo alrededor de los objetos
- Resplandor alrededor de las luces
- Visión nocturna deficiente
- Visión doble

PREVENCIÓN

- Si fuma, abandone el hábito.
- Mantenga su nivel de azúcar en sangre bajo control si tiene diabetes.
- Use anteojos de sol con protección UV de amplio espectro cuando esté al aire libre o un sombrero de bordes anchos para proteger los ojos del sol.
- Hágase un examen ocular con dilatación, con un **oftalmólogo** (médico especializado en enfermedades de los ojos) a partir de los 40 años; luego, hágase exámenes oculares con regularidad siguiendo el consejo de su oftalmólogo.

TRATAMIENTO

- Para el diagnóstico, se requiere obtener los antecedentes médicos completos y realizar un examen oftalmológico, de modo que pueda recomendarse el mejor plan de tratamiento para cada persona.
- La necesidad de cambiar la graduación de los anteojos puede ser un indicio con el que se detecta una catarata en su fase inicial.
- Cirugía para eliminar la catarata, a menudo, con reemplazo con una lente intraocular, un dispositivo plástico transparente que no requiere cuidados y que se convierte en parte integral del ojo.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- National Eye Institute (Instituto Oftalmológico Nacional) www.nei.nih.gov/health/cataract/cataract_facts.asp
- American Academy of Ophthalmology (Academia Americana de Oftalmología) www.geteyesmart.org/diseases

INFÓRMASE

Para encontrar esta y otras Hojas para el Paciente de JAMA, vaya al enlace Patient Page (Hoja para el Paciente) del sitio web de JAMA en www.jama.com. Muchas están disponibles en inglés y español. En el número del 15 de octubre de 2003, se publicó una Hoja para el Paciente sobre las causas de la disminución visual; una sobre degeneración macular relacionada con la edad en el número del 24/31 de mayo de 2006; y otra sobre retinopatía en el número del 5 de enero de 2005.

Fuentes: National Eye Institute, American Academy of Ophthalmology

Carolyn J. Hildreth, MD, Redactora

Alison E. Burke, MA, Ilustradora

Richard M. Glass, MD, Editor

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio al público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su condición médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales, para compartirla con pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.

