

Miopía

La miopía es la causa más frecuente de problemas de visión en personas menores de 40 años, y su presencia está aumentando rápidamente. En la actualidad, entre el 30 y el 40% de la población estadounidense es miope.

La miopía se produce cuando los ojos no pueden ver con claridad objetos situados a cierta distancia, como señales de tráfico o artistas en un escenario. Para 2050, se prevé que casi la mitad de la población mundial será miope.

Algunas causas de miopía incluye:

- La miopía suele producirse cuando el globo ocular crece demasiado de adelante hacia atrás. Cuando esto ocurre, el cristalino acaba enfocando las imágenes delante de la retina (la capa de tejido sensible a la luz situada en la parte posterior de los ojos) en lugar de en la retina. El resultado es que los objetos lejanos se desenfocan.
- Otra causa frecuente de miopía es una córnea o un cristalino demasiado curvados para la longitud del globo ocular. En algunos casos, los globos oculares son a la vez largos y curvos.



- Los científicos no están seguros de por qué el ojo crece demasiado, aunque podría ser hereditario.
- En cuanto al fuerte aumento de la presencia de miopía, varios estudios indican que puede contribuir el mayor tiempo dedicado a leer, escribir y trabajar con computadoras, y el menor tiempo al aire libre. Otros efectos de la miopía son sostener un libro demasiado cerca o sentarse muy cerca del televisor.



Tratamientos

En las fases iniciales de la miopía, el pronóstico es bueno;

Suele corregirse fácilmente con espejuelos, lentes de contacto o cirugía refractiva.

Dicho esto, como puede progresar, la miopía no debe ignorarse. Si tiene problemas para ver de lejos, bizquea de lejos o sufre fatiga visual o dolores de cabeza, acuda a un optómetra para realizarse un **examen de visión**.



*La información aquí provista es sólo para propósitos educativos y no para propósitos de diagnóstico. Delta Dental of Puerto Rico, Inc. no endosa ninguna marca de productos de salud oral. Si tiene alguna pregunta sobre la cubierta y las limitaciones de los servicios, comuníquese con nuestro centro de llamadas. 1-866-622-6120. EyeMed Vision Benefits (s. f.). Myopia: Closing in on a looming vision condition. <https://www.eyesiteonwellness.com/eyemed/en/post/myopia-closing-in-on-a-looming-vision-condition>



Myopia

Myopia, commonly known as nearsightedness, is the most common cause of impaired vision in people younger than 40 — and its presence is growing rapidly. 30-40% of the U.S. population is nearsighted today.



Nearsightedness occurs when your eyes cannot clearly see objects at a distance, such as road signs or performers on a stage. By 2050, it's predicted nearly half of the global population will be myopic.

Some causes of Myopia include:

- When the eyeball grows too long, front to-back, the lens ends up focusing images in front of the retina (the layer of light-sensitive tissue in the back of the eyes) rather than on the retina. The result is that distant objects become unfocused.
- Another common cause of myopia is a cornea or lens that is too curved for the length of the eyeball. In some cases, a person may have eyeballs that are both long and curvy.
- Scientists aren't sure why the eye grows too long, though it could be hereditary.

- As for the sharp rise in the presence of nearsightedness, several studies indicate that greater amounts of time spent reading, writing and working on computers, and less time outdoors, may contribute.
- Other effects of myopia include holding a book too close or sitting very near the TV.



Treatments

In early stages of myopia, the prognosis is good

It usually can be easily corrected with eyeglasses, contact lenses or refractive surgery.

Because it can progress, myopia should not be ignored. If you have trouble seeing things far away, find yourself (or your kids) squinting at the distance, or if you experience eye strain and/or headaches, schedule a [comprehensive eye exam](#).



*The information provided herein is for educational purposes only and not for diagnostic purposes. Delta Dental of Puerto Rico, Inc. does not endorse any brand of oral health products. If you have any questions about coverage and limitations of services, please contact our call center. 1-866-622-6120. EyeMed Vision Benefits (s. f.). Myopia: Closing in on a looming vision condition. <https://www.eyesiteonwellness.com/eyemed/en/post/myopia-closing-in-on-a-looming-vision-condition>

