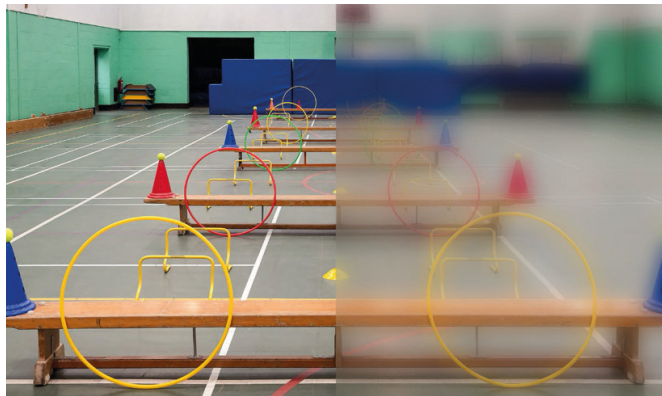


Mi hijo es miope, ¿qué tengo que saber?

La miopía ocurre cuando el globo ocular es demasiado largo o tiene demasiada capacidad de converger la luz y significa que se necesitan gafas o lentes de contacto para ver claramente cosas de lejos como la televisión y las pizarras en clase. Por lo general, la miopía se desarrolla en la infancia y la graduación tiende a aumentar durante los años escolares a medida que los ojos continúan creciendo.

¿Por qué es importante la miopía?

A medida que se desarrolla la miopía, los niños necesitarán más graduación y tendrán una visión más pobre sin sus gafas y/o lentes de contacto. A veces esto puede influir en las actividades cotidianas del niño, como los deportes y otras actividades. La miopía también puede afectar la salud del ojo; los niveles más altos de miopía están relacionados con un mayor riesgo de desarrollar en la edad adulta algunas patologías oculares como desprendimiento de retina, maculopatía, glaucoma y cataratas.

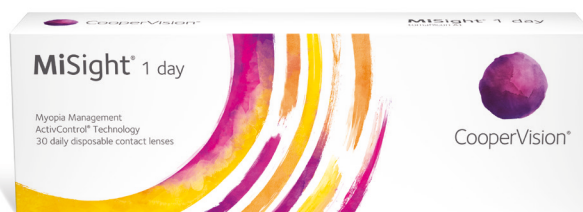


Visión normal

Visión de un miope sin corrección

¿Qué causa la miopía?

Si uno o los dos padres son miopes, la probabilidad de que su hijo tenga miopía aumenta. Es más probable que los niños empiecen con miopía entre las edades de 7 a 13 años, pero la miopía puede seguir aumentando su graduación durante la adolescencia y, a veces, hasta la edad adulta temprana.



¿Qué podemos hacer sobre la miopía?

Tradicionalmente corregimos la mala visión de lejos en la miopía con gafas y/o lentes de contacto. Sin embargo, ahora podemos controlar más activamente la miopía para ralentizar los cambios en la graduación y el crecimiento del ojo. Hay una variedad de opciones para hacer esto, que van desde diferentes diseños de lentes para gafas, lentes de contacto y el uso de gotas para los ojos (aunque actualmente no todas estas opciones están disponibles). Estas nuevas opciones no eliminan la miopía y puede ser que no siempre consigan ralentizar su crecimiento, pero en muchos casos consiguen disminuir la velocidad a la que podría crecer la miopía. La evidencia de la investigación sugiere que un diseño especial de lentes de contacto (MiSight® 1 day) ralentiza el crecimiento de la miopía alrededor del 50% de media.

BRILLIANT FUTURES™
WITH MiSight® 1 day



Mi hijo es miope, ¿qué necesito saber?

¿Podemos detener el desarrollo de la miopía?

Los científicos están trabajando en ello, pero actualmente no sabemos por qué se desarrolla la miopía. Sabemos que pasar tiempo al aire libre parece retrasar el inicio de la miopía. Creemos que el brillo de la luz al aire libre es beneficioso para los ojos, por lo que se recomienda llevar a su hijo al aire libre durante al menos 90 minutos al día (u 11 horas por semana).

¿Cómo sé si mi hijo es miope?

Un examen ocular completo con un profesional de la salud visual incluirá pruebas de visión y de salud ocular. Si su hijo es miope, pregunte a su profesional de la salud visual específicamente sobre el control del crecimiento de la miopía.

Chamberlain P, Peixoto-de-Matos SC, Logan NS, Ngo C, Jones D, Young G. A 3-year Randomized Clinical Trial of MiSight Lenses for Myopia Control. *Optom Vis Sci*. 2019;96(8):556-567.

Flitcroft DI. The complex interactions of retinal, optical and environmental factors in myopia aetiology. *Prog Retin Eye Res*. 2012;31(6):622-660.

Holden BA, Fricke TR, Wilson DA, et al. Global Prevalence of Myopia and High Myopia and Temporal Trends from 2000 through 2050. *Ophthalmology*. 2016;123(5):1036-1042.

Jones LA, Sinnott LT, Mutti DO, Mitchell GL, Moeschberger ML, Zadnik K. Parental history of myopia, sports and outdoor activities, and future myopia. *Invest Ophthalmol Vis Sci*. 2007;48(8):3524-32.

McCullough SJ, O'Donoghue L, Saunders KJ. Six Year Refractive Change among White Children and Young Adults: Evidence for Significant Increase in Myopia among White UK Children. *PLoS One*. 2016;11(1):e0146332.

