

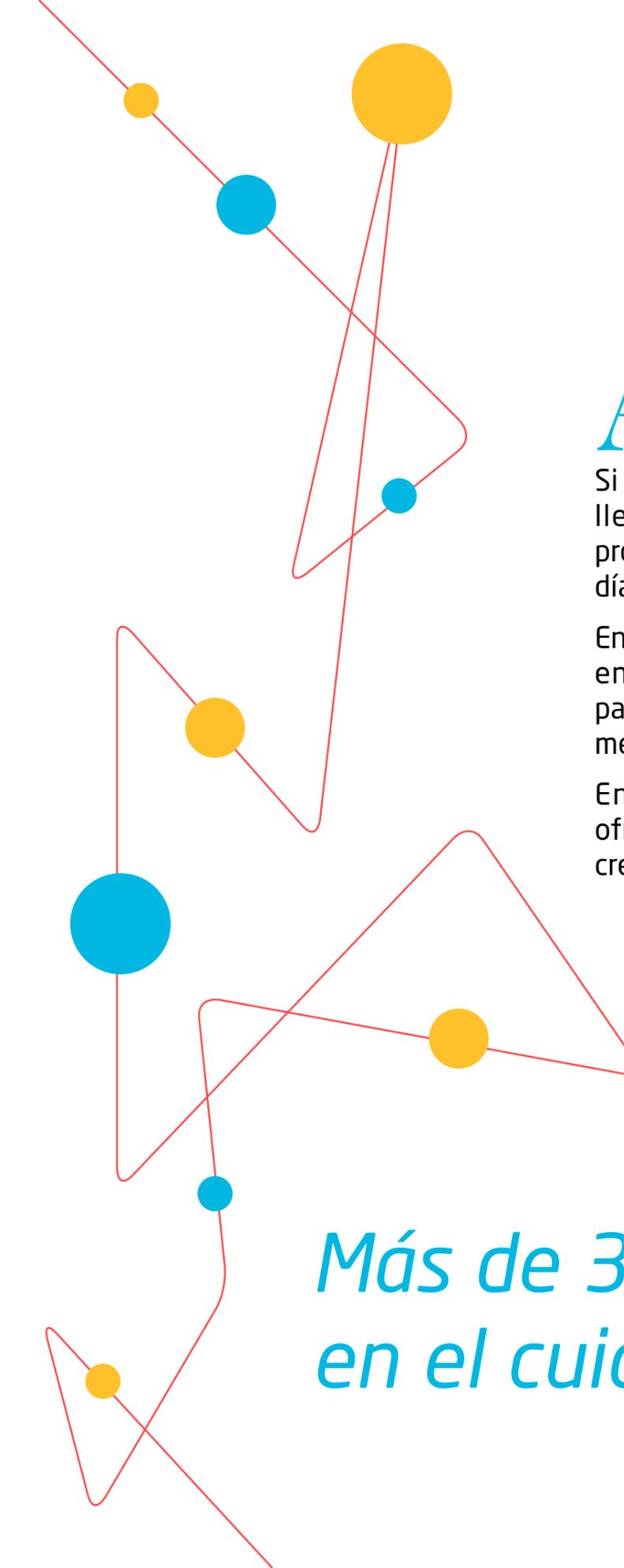


*Todo
lo que
necesitas
saber
sobre*

MIOPIA INFANTIL

eBook
GBOOK .10

**Construyendo
el futuro de la
Oftalmología**

A decorative graphic on the left side of the page consists of a red line that zig-zags across the page, connecting several circles of varying sizes in blue and yellow.

Año tras año, mes a mes trabajamos para que todos nuestros pacientes se sientan como en casa.

Si echamos la vista atrás, el 2022 ha sido un gran año, lleno de momentos positivos y cargado de nuevos proyectos. Gracias a nuestro esfuerzo y dedicación, cada día son más los pacientes satisfechos.

Entre nuestros objetivos anuales está seguir invirtiendo en innovación y tecnología para ofrecer a nuestros pacientes los últimos y más novedosos tratamientos del mercado.

En cuanto a nuestros empleados, continuaremos ofreciéndoles las mejores formaciones para continuar creciendo profesionalmente.

Si algo tenemos claro es que debemos garantizar que la experiencia de nuestros pacientes sea excelente, no solo de manera física en nuestras clínicas, sino también introduciendo diferentes herramientas digitales que nos permitan mejorar la comunicación con ellos.

A lo largo de este año seguiremos apostando por la excelencia en todos los ámbitos. Es momento de apostar, de innovar y, sobre todo, de seguir creciendo profesionalmente.

*Carlos Gutiérrez Amorós
Presidente de Vista Oftalmólogos*



*Más de 30 años de experiencia
en el cuidado de tu visión.*

**Toda la información
que necesitas,
paso por paso.**



P. 3 ¡Hola!

P. 5 ¿Qué es la Miopía Infantil?

P. 7 Tipos de Miopía Infantil.

P. 9 Síntomas.

P. 10 ¿Qué puedo hacer para que no le aumenten las dioptrías a mi hijo?

P. 11 Problemas derivados de la miopía.

P. 12 Psicología del niño miope.

P. 14 Tratamientos para la Miopía.

P. 19 Preguntas Frecuentes.

P. 20 El Grupo.

Comenzamos...

vista

¿Qué es la Miopía Infantil?

La **miopía** es un problema visual o un defecto de refracción muy habitual en la población. Por lo general, se inicia en la etapa infantil, y se suele manifestar en niños, a partir de los 5 años de edad, y va progresando a lo largo de la infancia y adolescencia. Por ello, es fundamental frenarla cuanto antes.

Este defecto hace que las personas que sufren miopía vean los objetos borrosos a una distancia media y larga, conservando una buena visión de cerca. Esto dependerá del número de dioptrías que tenga el paciente.



¿Qué es la Miopía Infantil?

Es una de las **enfermedades visuales** más frecuentes a nivel mundial. En los ojos de las personas con miopía se observa un aumento de la longitud axial del ojo, es decir, es más largo de lo normal. Esto provoca que las imágenes no se enfoquen en la retina sino por delante de ella, lo que produce visión borrosa de lejos.

Es muy importante que, en niños y adolescentes, se frene esta miopía, ya que, a la larga, pueden aparecer complicaciones mayores asociadas a dicha enfermedad como:

- **Baja visión en miopías altas.**
- **Desprendimiento de retina.**
- **Glaucoma.**
- **Membrana neovascular subretineana.**

Es **importante** destacar que hay pacientes con miopía a los que les sigue aumentando durante prácticamente toda la vida. Para evitar que esto suceda debemos poner los medios y **tratamientos** necesarios y tratarla desde la infancia.

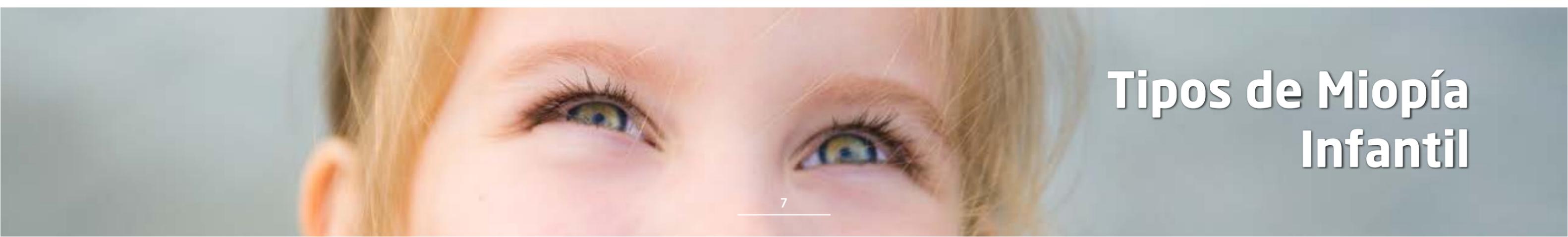


Tipos de Miopía Infantil

En los últimos años, y debido a los cambios en los hábitos de vida y el desarrollo de la tecnología, cada vez son menos los niños juegan en la calle y pasan más horas dentro de casa frente a diversos tipos de pantallas y dispositivos electrónicos, lo que se ha asociado al **aumento de la miopía**.

Durante la infancia pueden aparecer tres tipos de miopía: la miopía congénita, la patológica o magna y la simple ¿En qué se diferencian?

- La **Miopía congénita** es la anomalía genética que se presenta por **herencia, prematuridad o problemas en el embarazo**. Aparece en el recién nacido como consecuencia de alteraciones en las estructuras del ojo. Suele ser una miopía elevada pero con poca progresión. Es muy importante detectarla y corregirla lo antes posible para prevenir la ambliopía, también conocido como ojo vago.
- La **Miopía patológica, magna o alta miopía** es el tipo más grave y se produce cuando el paciente tiene **más de 6 dioptrías**. Está vinculada a anomalías en el fondo de ojo de las personas que la sufren. Esta miopía tiene un mayor componente hereditario y suele ser muy progresiva a lo largo de la vida. Es fundamental realizar **controles oftalmológicos** para hacer una detección precoz de posibles complicaciones.
- La **Miopía simple o axial** es la más frecuente y aparece cuando el paciente tiene menos de 6 dioptrías. Suele aparecer en niños **a partir de los 5 años**, y va progresando durante el crecimiento del niño hasta la adolescencia, en torno a los 18 años. Pese a ser la miopía más común, se requieren revisiones periódicas cada 6 o 12 meses, todo depende de la agudeza visual y de la frecuencia de los cambios en la refracción. No presenta tanto peligro para el niño, pero tiene un riesgo aumentado de distintas patologías oculares con respecto a personas no miopes.



Tipos de Miopía Infantil



*1 de cada 3 casos de fracaso escolar
están relacionados con un problema
visual.*

¡Consulta con tu especialista!

Síntomas de la Miopía Infantil

La **miopía infantil** suele ser diagnosticada durante la etapa escolar ya que son muchos los factores que afectan al desarrollo de la enfermedad durante este periodo.

En cuanto a los síntomas que presentan los niños son muy variados, pero se pueden percibir fácilmente durante las jornadas lectivas, incluso estando en casa. Por lo tanto, es importante prestar atención a los siguientes signos, y si aparecen acudir al oftalmólogo:

- ***Frunce, guiña o cierra un poco los ojos para tratar de enfocar.***
- ***Se acerca mucho a los objetos para verlos mejor.***
- ***Presenta dolor de cabeza y cansancio con frecuencia.***
- ***Existe la posibilidad de que los niños estén más despistados, muestren menos interés en ciertas actividades, juegos, actividades deportivas...***
- ***Muestran menor interés en la lectura.***
- ***Fatiga visual.***
- ***Visión de moscas volantes. Son unos puntitos flotantes que se desplazan al mover los ojos.***
- ***Buena visión de cerca.***
- ***Dificultad para ver la pizarra en el colegio.***
- ***Parpadear mucho.***
- ***Frotarse los ojos con frecuencia.***





¿Qué puedo hacer para que no le aumenten las dioptrías a mi hijo?

Son muchos los padres y madres que se hacen esta pregunta. Actualmente, muchos oftalmólogos apuestan por el estudio en profundidad para **detectar, controlar y frenar la miopía infantil**.

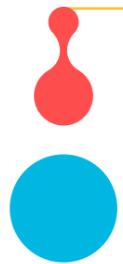
Gracias a las diferentes investigaciones que se han realizado hasta ahora, a día de hoy es posible **controlar el desarrollo de la miopía** siguiendo una correcta higiene visual y una serie de recomendaciones para cuidar la salud ocular de los más pequeños. Algunas de estas recomendaciones son:

- ● Sigue la regla del **20-20-20**. Esta regla se basa en descansar la vista al menos 20 segundos cada 20 minutos de actividad en cerca. Para descansar la vista el niño debe mirar a lo lejos y parpadear varias veces.
- ● Debe mantener una **buena postura durante sus actividades**, ya sean escolares o de ocio. Para ello, su espalda y cuello deben estar alineados, con los pies apoyados en el suelo.
- ● Cuando use dispositivos electrónicos debe mantener una distancia de entre **35-40 cm**.
- ● Es muy importante controlar la iluminación de la estancia en la que se encuentre el pequeño. Debe existir un balance entre la **luz natural** y la **luz artificial**.
- ● Es fundamental hacerle entender al pequeño la importancia que tiene **parpadear**.

Problemas Derivados

Diferentes estudios han demostrado que la miopía es la **segunda causa de ceguera** en el mundo. Por este motivo, es fundamental controlarla en edades tempranas.

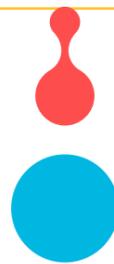
Si se superan las 6 dioptrías en los pequeños puede existir un riesgo elevado de sufrir algunas **enfermedades asociadas**, entre ellas están:



Maculopatía



Desprendimiento de Retina



Catarata



Glaucoma



Queratitis Infecciosa





Psicología del Niño Miope

Muchos profesionales de la salud han detectado que, en los últimos años, los niños miopes sufren **problemas psicológicos**, ya que padecen una distorsión de la realidad y se vuelven más introvertidos.

Es decir, se sienten diferentes al resto de niños y esto les afecta sobre todo a sus relaciones con los demás niños, ya que participan menos en actividades en grupo y tienden más a refugiarse en otras actividades individuales, impidiendo que puedan desarrollarse sus habilidades sociales.

Por lo general, los niños menores de 12 años con miopía, presentan **peor calidad de vida** en test científicamente diseñados, si bien este problema psicológico real no afecta por igual a todos los niños.

Ante esta situación, es muy importante acudir a **psicólogos infantiles** para que puedan tratar el caso del pequeño y puedan ayudarlo en su desarrollo.



El 20,1% de los niños españoles de entre cinco y siete años de edad tienen miopía.



Tratamientos

PARA FRENAR LA MIOPIA INFANTIL



¿Se puede frenar la progresión de la miopía infantil?

La respuesta es sí. Hasta hace relativamente poco tiempo, siempre se recurría a los métodos tradicionales como las gafas o las lentillas, sin embargo, a día de hoy existen tratamientos específicos para poder tratarla.

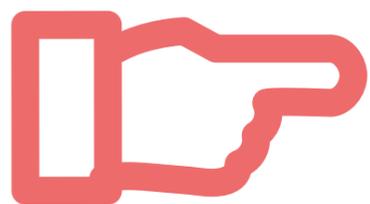
Tratamientos PARA FRENAR LA MIOPIA INFANTIL



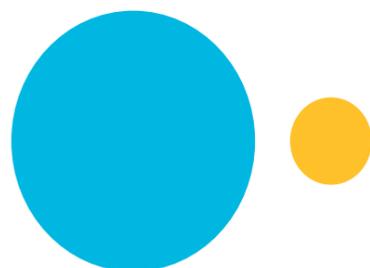
 **COLIRIO DE ATROPINA**

 **LENTES DE CONTACTO
BLANDAS**

 **LENTES ORTO - K**



COLIRIO DE ATROPINA



El **colirio de atropina** es un fármaco que aplicado en dosis muy bajas (0,01%) frena y controla la progresión de la miopía.

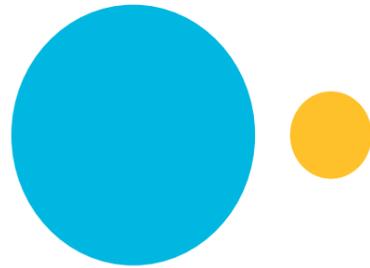
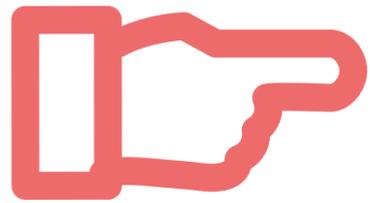
Es el tratamiento más eficaz de los evaluados hasta el momento para controlar la velocidad de crecimiento de la miopía en niños. Aunque su aplicación debe hacerse siempre después de haber realizado una valoración individual del riesgo de progresión de la miopía en cada caso concreto.

Se usa en niños de entre 6 y 12 años durante un máximo de cinco años.



“La atropina 0,01% desacelera la progresión de la miopía entre un 25-50% frente a pacientes no tratados”





LENTES DE CONTACTO BLANDAS

Las **lentes de contacto blandas** con un perfil especial para reducir el desenfoque periférico han mostrado eficacia moderada en frenar la progresión de la miopía.

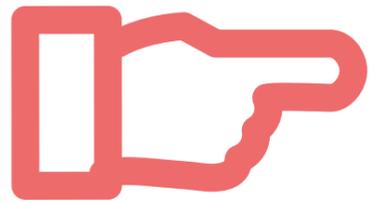
Junto a las tradicionales gafas, el uso de lentes de contacto en niños sigue siendo uno de los métodos más utilizados a día de hoy. Además, tienen la ventaja de ser más cómodas que las gafas.

Pasan desapercibidas para el resto de personas pero precisan un mantenimiento higiénico mayor que el de las gafas.

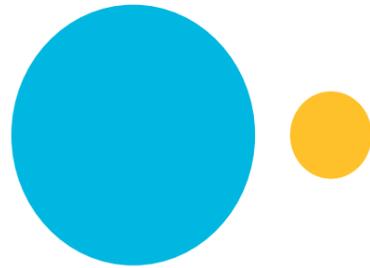


“Ocupan el primer puesto como opción más elegida entre los niños afectados por miopía.”





LENTES ORTO-K



La **Ortoqueratología o lentes Orto-k** es el uso de lentes especiales diseñadas específicamente para reformar la córnea a fin de mejorar la visión.

No es la opción más recomendable para tratar la miopía infantil en niños muy pequeños debido a los riesgos de infección.

Se usan solo **durante la noche**. Estas remodelan la córnea mientras están en contacto con el ojo y por la mañana al retirarlas, la córnea permanece temporalmente con la forma que se le ha dado por la noche.

Este tipo de lentes tiene un efecto retardante de la progresión de la miopía menor que la atropina.



“Las lentes orto-k son eficaces en pacientes con miopías leves y moderadas.”



FAQ'S

Estas son algunas de las preguntas más frecuentes o duda que nos realizan los padres de los niños y niñas que sufren miopía.

● ● **¿Es necesario que todos los niños se realicen revisiones oculares?**

Sí, es fundamental que todos se realicen revisiones anuales, incluso cada 6 meses, ya que están en pleno desarrollo y su situación puede cambiar de un mes a otro. Sobre todo, aquellos niños con antecedentes familiares oftalmológicos de miopía, hipermetropía, astigmatismo, estrabismo, ojo vago, glaucoma...

● ● **¿Con cuántos años puede llevar un niño gafas?**

A partir de los 6 meses de vida ya pueden comenzar a llevar gafas. Es cierto que no es muy común ver a niños tan pequeños con gafas, pero los primeros primeros años son fundamentales para que la parte derecha del cerebro se desarrolle correctamente.

Si tu hijo necesita gafas y no las lleva, su cerebro no podrá apreciar los detalles de los objetos y perderá información del mundo exterior.

● ● **¿Es posible corregir la miopía por completo?**

La miopía no se puede revertir ni curar, sin cirugía, pero se puede tratar y, sobre todo, en los niños. Además, con los tratamientos actuales se puede mejorar la visión de su hijo y evitar que empeore.

● ● **¿A qué edad pueden empezar a utilizar lentillas los niños?**

Las lentillas pueden comenzar a usarlas a partir de los 5 años, incluso antes. Es fundamental que los niños aprendan a seguir unos hábitos de higiene y limpieza para poder manipular de forma segura las lentillas. En estos casos, la colaboración de los padres es muy importante.

● ● **¿Por qué la miopía pone en riesgo la visión de mi hijo?**

Si no se detecta a tiempo, es muy probable que el pequeño a medida que va creciendo pueden aparecer enfermedades más complejas y desarrollar de forma irreversible discapacidad visual o ceguera, debido a maculopatía miópica, desprendimiento de retina o glaucoma.



+ *de* 5000

PACIENTES SATISFECHOS

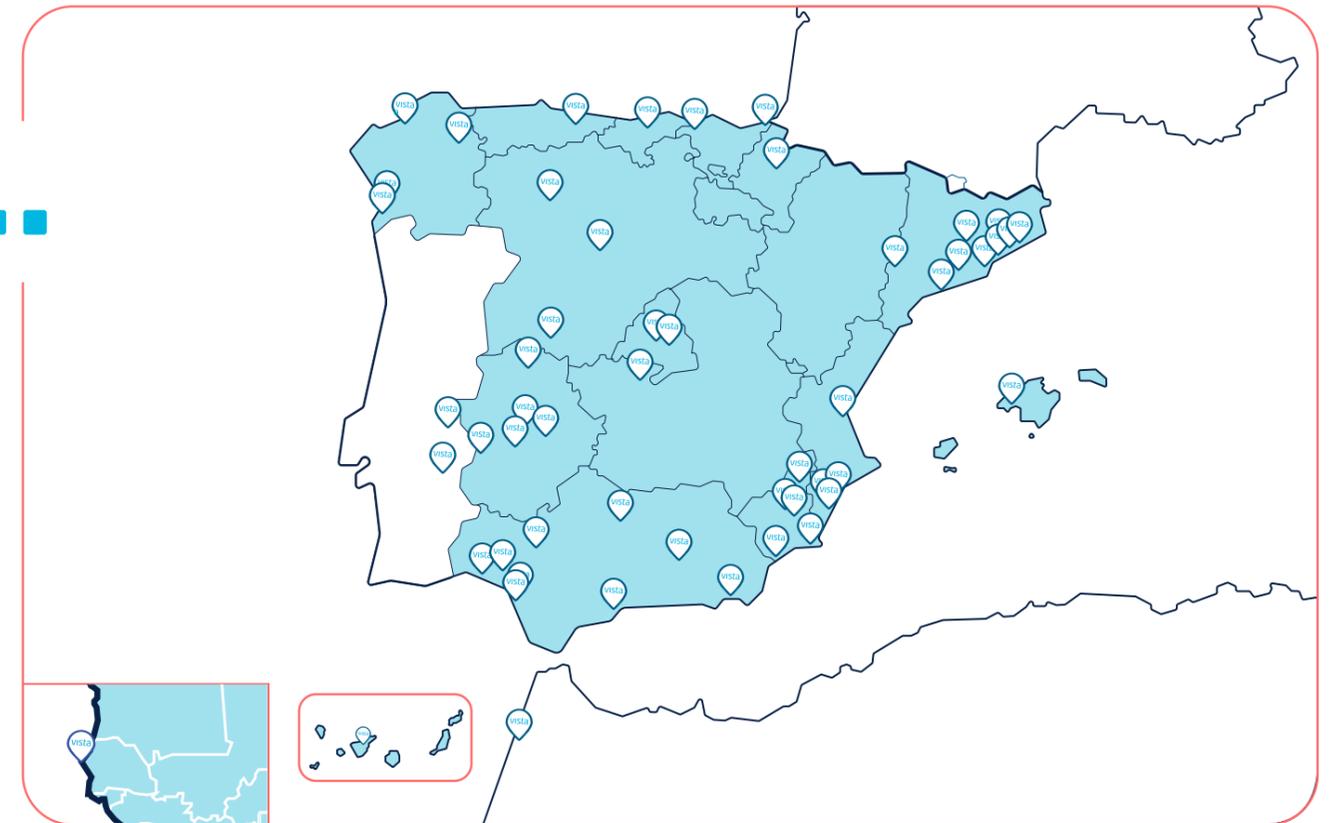
El Grupo



**Ante cualquier consulta,
acude a tu clínica
Vista de confianza...**

Entra en nuestra web y pide cita
en tu clínica más cercana.

vistaoftalmologos.es



Estamos a tu disposición. Hablemos. 





Oftalmólogos
safe & visible



eBook
€BOOK .10