

# Miopía en niños

## ¿Qué es la miopía?

La miopía (mio-pí-a) o visión corta es una afección visual en la que los **objetos distantes se ven borrosos**. Para 2050, alrededor del 50 % de las personas en todo el mundo tendrán miopía y alrededor del 10 % de las personas en todo el mundo tendrán miopía alta.

## Causas

Un ojo miope es más largo de lo normal, lo que hace que la luz se enfoque delante de la retina. Tanto los **factores genéticos como los ambientales** contribuyen a la miopía.

## Signos y síntomas

Los síntomas de la miopía incluyen fatiga visual, dolor de cabeza, entrecerrar los ojos, frotarse los ojos, parpadeo excesivo y dificultad para ver objetos lejanos con claridad.

## Miopía alta

La miopía alta ocurre cuando el error refractivo es mayor a -6 dioptrías. Las personas con miopía alta tienen un **mayor riesgo** de desarrollar otros problemas oculares, como desgarros y desprendimientos de la retina, cataratas, degeneración macular miópica o glaucoma.

## ¡La progresión de la miopía se puede prevenir!



### Anteojos especiales

Los anteojos personalizados para el control de la miopía pueden retrasar la progresión.



### Lentes de contacto especiales

Los lentes de contacto multifocales y de ortoqueratología (orto-k) pueden retrasar la progresión.



### Cambios en el estilo de vida

Al menos dos horas al aire libre al día, una dieta más saludable, menos tiempo frente a las pantallas y menos trabajo que exija mirar de cerca pueden retrasar su aparición.



### Gotas de atropina para los ojos

Las gotas oftálmicas con atropina pueden retardar la progresión.

Programe exámenes oculares frecuentes para su hijo. Cuanto antes reciba un diagnóstico, más exitoso será el tratamiento. Los estudios frecuentes deben comenzar entre los 6 y los 12 meses de edad; ningún niño es demasiado pequeño para un examen ocular completo si algo parece anormal. Los niños en edad escolar deben someterse a exámenes anuales y la mayoría de los seguros, incluido Medicaid, cubren el costo de un examen de la vista completo y, al menos, un par de anteojos.

Para obtener más información, llame al programa de la Visión del Departamento de Salud de NYC al 855-771-3937 o visite [nyc.gov/health/vision](https://nyc.gov/health/vision).