

Información Esencial Sobre el **GLAUCOMA**



Cómo identificar, tratar y adaptarse a este trastorno ocular; lamentablemente, muchas veces malinterpretado



**NATIONAL
GLAUCOMA
RESEARCH**

A Program of the

American Health Assistance Foundation



El glaucoma es una de las causas principales de ceguera en todo el mundo, y afecta a casi 67 millones de personas. En los Estados Unidos, se estima que aproximadamente 3 millones de personas tienen glaucoma, ¡pero sólo la mitad lo saben!

Introducción	1
Tipos de glaucoma	4
Factores de riesgo	5
Síntomas de advertencia.	7
Tratamientos para el glaucoma	8
Servicios y accesorios para la visión deficiente	9
Cómo afrontar los desafíos de la vida diaria.	11
Pida ayuda.	12

Por lo tanto, el glaucoma se conoce como “**el ladrón silencioso de la vista**” porque no suele presentar síntomas hasta que se produce un daño visual permanente. El glaucoma no tiene cura y la visión perdida no puede recuperarse. Si no se trata, con el tiempo el glaucoma provocará la ceguera.

El glaucoma es un conjunto de trastornos oculares que provocan daños en el nervio óptico (manejo de fibras nerviosas que transportan la información desde los ojos al cerebro), lo cual puede causar la pérdida de la visión y, en última instancia, provocar ceguera. Los

daños en el nervio óptico suelen ocurrir en presencia de presión ocular alta. Sin embargo, pueden igualmente ocurrir si la presión ocular es normal o se encuentra por debajo del nivel normal.

Para poder comprender cómo afecta la presión ocular alta al desarrollo del glaucoma, es importante entender el funcionamiento del ojo. Básicamente, el ojo produce constantemente un fluido denominado **humor acuoso**, que contribuye a mantener la presión ocular a un nivel normal y provee de nutrientes a la córnea y al cristalino. El humor acuoso circula dentro de la parte delantera del ojo y luego se drena a través de un tejido esponjoso denominado **malla trabecular**. Normalmente, debería existir un equilibrio entre la cantidad de fluido que se produce y la cantidad que drena el ojo. Si no se logra este equilibrio, entonces aumenta la **presión intraocular (PIO)**, lo cual daña el nervio

óptico y puede contribuir al desarrollo del glaucoma.

La forma más común de glaucoma es el **glaucoma de ángulo abierto**, que afecta aproximadamente al 95% de los pacientes; el glaucoma de ángulo cerrado y de tensión normal son otros dos tipos menos frecuentes de glaucoma.

Este folleto ofrece una descripción básica de la enfermedad, enumera factores de riesgo y síntomas, enfatiza la importancia de realizarse exámenes oculares para detectarla, explica las opciones de tratamiento e indica algunos excelentes recursos dedicados a ayudar a las personas con glaucoma para que puedan adaptarse a los cambios en la visión que les provoca la enfermedad.

Tipos de glaucoma

El glaucoma de **ángulo abierto** no presenta síntomas iniciales hasta que se produce la pérdida de la visión. La PIO aumenta en forma gradual y se pierde la visión periférica. Si esta enfermedad no se trata, puede producirse la ceguera total.

El glaucoma de **ángulo cerrado** es mucho menos frecuente y se presenta de dos formas: **crónico o agudo**. El glaucoma crónico progresa lentamente y puede producir daños sin presentar síntomas, al igual que el glaucoma de ángulo abierto. El glaucoma agudo se presenta de repente cuando se bloquea el flujo normal de humor acuoso entre el iris y el cristalino. Esto se considera una emergencia médica, y debe tratarse de inmediato. De lo contrario, puede producirse ceguera al cabo de uno o dos días.

El glaucoma de **tensión normal** es una forma de glaucoma de ángulo abierto que aún no se conoce por completo. Se producen daños en el nervio óptico a pesar de que la PIO es normal.

Factores de riesgo

El glaucoma puede presentarse en cualquier persona y a cualquier edad. Sin embargo, existen algunos factores de riesgo:

- **Raza:** el glaucoma de ángulo abierto (el tipo más común de glaucoma) es una de las causas principales de ceguera entre los afroamericanos y latinos en los Estados Unidos.
- **Genética:** el glaucoma es hereditario. Esto también explica por qué determinadas razas son más propensas a padecer varios tipos de esta enfermedad.

- **Edad:** el glaucoma puede estar relacionado con la edad, especialmente en personas de más de 60 años. Las personas de origen afroamericano son más propensas a desarrollar el glaucoma en la madurez, aproximadamente a los 40 años.

Debido a que el desarrollo del glaucoma es lento y silencioso, las personas que tienen alto riesgo de padecerlo deben realizarse exámenes oculares con regularidad, preferentemente una vez al año. Pueden prevenirse muchos casos si se detecta la PIO alta antes de que se produzcan daños en el nervio óptico.

Síntomas de advertencia

Una vez más, los oftalmólogos especialistas indican que la mitad de los 3 millones de personas que ya padecen de glaucoma pueden desconocer que tienen esa enfermedad porque es posible que los síntomas no se presenten durante las primeras etapas del glaucoma de ángulo abierto.

El glaucoma de ángulo cerrado puede producir síntomas, entre los cuales se encuentran los siguientes:

- Dolor severo
- Náuseas
- Vómitos
- Visión borrosa
- Visualización de halos de color arco iris alrededor de las luces

Tratamientos para el glaucoma

La primera línea de tratamiento para la mayoría de los casos de glaucoma, salvo en situaciones de emergencia, son los medicamentos (específicamente, **gotas oftálmicas recetadas**) y, en situaciones extremas, píldoras.

En general, la cirugía es una opción a tener en cuenta sólo una vez comprobada la ineficacia de los medicamentos. (De hecho, muchas personas controlan muy bien la enfermedad solamente con medicamentos). Sin embargo, dos excepciones a la regla “primero los medicamentos”, son los pacientes a quienes se les han diagnosticado las formas congénitas y agudas de la enfermedad (estas dos formas siempre requieren tratamiento quirúrgico de emergencia).

El objetivo de la cirugía es aliviar la PIO proporcionando un camino para que el fluido drene y salga del ojo. Esto

puede realizarse mediante cirugía tradicional (o incisional), o mediante opciones más nuevas que incluyen el uso de láser.

Servicios y accesorios para la visión deficiente

Abordar los efectos del glaucoma puede ser un reto, pero existen algunos elementos de ayuda, tanto físicos como psicológicos, disponibles para ayudar a los pacientes y sus familias, entre los cuales podemos mencionar:

- **Elementos con letras/ números grandes:** existen muchos elementos fabricados especialmente para las personas con problemas de la visión. Entre ellos, se encuentran relojes de pared, relojes de pulsera, calendarios, controles remotos, teléfonos y libros y periódicos especiales que tienen números, letras y figuras grandes.

- **Modificaciones en la computadora:** pueden realizarse modificaciones para permitirle trabajar con tamaños de fuente más grandes. Existen softwares especiales que convierten el texto que aparece en el monitor y lo muestra en un tamaño más grande. Tenga en cuenta la posibilidad de aumentar el tamaño de fuente en el servicio de correo electrónico o de Internet mediante el ajuste de las configuraciones.

- **Potenciador de sonido:** muchos aparatos diseñados para personas con visión defectuosa también hablan, para confirmar lo que está viendo. Libros, relojes, calculadoras y aparatos eléctricos que hablan pueden eliminar las conjeturas y la ansiedad de tareas tan simples como leer, pagar las cuentas y preparar las comidas. Y no olvide que hay maneras de mejorar el sonido de su computadora con dispositivos de audio, como los sintetizadores

de voz computarizados que traducen las palabras emitidas oralmente convirtiéndolas en texto escrito y también un software de lectura de pantalla.

Cómo afrontar los desafíos de la vida diaria

Hay algunas cosas que usted y su familia pueden hacer para afrontar los desafíos que presentan los cambios en su visión:

- Coloque una cantidad diferente de bandas elásticas alrededor de cada uno de sus medicamentos.
- Lleve una lista de sus medicamentos en la billetera.
- Pídale a su compañía local de gas o electricidad adhesivos de tamaño grande.

- Programe los números importantes (médicos, policía, departamento de bomberos) en su teléfono.
- Programe su videgrabadora para que grabe automáticamente determinados programas.
- Marque en su computadora los sitios favoritos de Internet.
- Agregue más luces donde sea necesario.

Pida ayuda

La pena, la depresión, la ansiedad y el enojo son emociones perfectamente comprensibles siempre que surgen problemas de la vista. Si necesita ayuda, siga los consejos de su oftalmólogo y de su terapeuta especializado.

Desde sus comienzos en 1978, el National Glaucoma Research (programa nacional de investigación sobre el Glaucoma, NGR, por sus

siglas en inglés) ha financiado investigaciones científicas en universidades e instituciones de investigación en todo el mundo. Su misión es identificar la posible causa (o causas) y, se espera, una cura para el glaucoma, la enfermedad que causa ceguera y que se estima que afecta a casi 69 millones de personas en todo el mundo. El NGR es un programa de la American Health Assistance Foundation (Fundación americana para la asistencia de la salud, AHAF, por sus siglas en inglés), una organización 501 (c)(3) sin fines de lucro ubicada en Clarksburg, MD.

Como parte de su esfuerzo de educación pública, la AHAF publica una variedad de material escrito sobre el glaucoma.

Este material incluye:

- *Living with Glaucoma*
(Vivir con glaucoma)
- *Low Vision Aid Resource List* (Lista de recursos de servicios y accesorios para la visión defectuosa)
- *National Glaucoma Research Report* (Informe del programa nacional de investigación sobre el glaucoma)

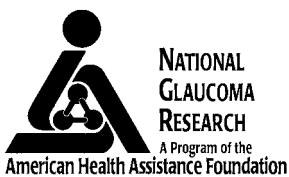
**Para obtener más información,
escriba a:**

**American Health
Assistance Foundation,
22512 Gateway Center Drive,
Clarksburg, MD 20871**

**o llame al número gratuito:
1-800-437-AHAF (2423)**

**o visítenos en Internet
ingresando a:
www.ahaf.org.**





22512 Gateway Center Drive
Clarksburg, MD 20871

(301) 948-3244
1-800-437-2423
fax (301) 258-9454

www.ahaf.org