

Sus ojos que todo lo ven

USE EL PODER PROTECTOR DE UN EXAMEN DE LA VISTA

Sus ojos pueden hablar con bastante claridad. Solo escúchelos. Preste atención y ellos le hablarán sobre problemas de salud que quizás ni siquiera conozca.

Ese es el poder de un examen de la vista anual. Cuando se mantiene al día de forma regular, incluso los cambios más pequeños pueden ser monitoreados. Las personas tienen 4 veces más probabilidades de hacerse un examen de la vista que un examen físico, por lo que a menudo es la primera señal de que algo está mal.¹

VEA LAS SEÑALES DE MANERA OPORTUNA

Los ojos son la ventana del alma. También son portales hacia la salud. Algunos problemas de salud graves manifiestan las primeras señales a través de la vista... son síntomas que deseará conocer. ¿Cuáles son las buenas noticias? Las señales de la diabetes, la presión arterial alta y el colesterol alto, así como enfermedades de los ojos como cataratas y glaucoma pueden detectarse temprano durante un examen de la vista.² Véalos oportunamente. Trátelos oportunamente. Es así de simple.

COMBATE DE LA TECNOLOGÍA CON TECNOLOGÍA

Todos los días pasamos horas mirando teléfonos, computadoras portátiles y tabletas. Estas pantallas emiten luz azul. Suena bonito, pero algunos reportes indican que la sobreexposición puede causar visión borrosa, dificultad para concentrarse, ojos secos e irritados, y dolores de cabeza. Dele vuelta a las cosas en la era digital con un examen de la vista digital. Sus ojos cambian de manera constante (es probable que usted ni siquiera lo note). La tecnología digital de precisión puede ayudar a detectar incluso los cambios más pequeños.

EXÁMENES DE LA VISTA A TODAS LAS EDADES

- **Bebés y niños pequeños:** Deben hacerse su primer examen de la vista entre los 6 y los 12 meses.³
- **Niños en edad escolar:** 1 de cada 4 puede tener problemas de la vista que afectan el aprendizaje.⁴
- **Adultos:** Más de 200 millones solo en los EE. UU. necesitan corrección de la vista.⁵
- **Adultos de la tercera edad:** Los pacientes más comunes de glaucoma, cataratas y degeneración macular.⁶
- **Futuras madres:** El embarazo puede causar cambios en la vista que su médico debe conocer.⁷



LA DETECCIÓN TEMPRANA ES CLAVE

Los exámenes regulares de la vista pueden ayudar a identificar las primeras señales de ciertas afecciones crónicas de salud:³

- presión arterial alta
- diabetes
- enfermedades del corazón
- colesterol alto

NO VIVA CON ANSIEDAD DE LA VISTA

EyeMed facilita la realización de exámenes de la vista importantes con la libertad de elegir el médico, el horario y la ubicación que más le convengan.

Por qué son importantes los exámenes de la vista:

- La retinopatía relacionada con la diabetes es la principal causa de ceguera en adultos.⁸
- Más de 3 millones de estadounidenses tienen glaucoma, pero solo la mitad lo sabe.⁹
- El ojo es una de las únicas áreas del cuerpo donde los médicos tienen una vista sin obstrucciones de los vasos sanguíneos.¹⁰
- 60 % de las personas pasan más de 6 horas frente a dispositivos digitales.¹¹



CONSULTE LA MEJOR INFORMACIÓN

Para consultar más artículos para mantener su vista saludable y nítida, visite el sitio web eyesiteonwellness.com

¹Departamento de Salud de Estados Unidos, National Health Statistics Report, #8; 6 de agosto de 2008.

²"Keep an eye on your vision health" (No pierda de vista su salud visual), Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, <https://www.cdc.gov/features/healthyvision/index.html>. Consultado en diciembre de 2019.

³"Recommended eye examination frequency for pediatric patients and adults" (Frecuencia recomendada de los exámenes de la vista para pacientes pediátricos y adultos), American Optometric Association, <https://www.aoa.org/>. Consultado en diciembre de 2019.

⁴"Vision problems of school-age children" (Problemas de la vista en niños en edad escolar), allaboutvision.com. Consultado en diciembre de 2019.

⁵Con base en datos de estudios del consumidor de AC Nielsen y verificados por datos de Vision Watch, 2008.

⁶The 4 most common age-related eye diseases" (Las 4 enfermedades más comunes de los ojos relacionadas con la edad), agingcare.com. Consultado en diciembre de 2019.

⁷"Pregnancy can cause dry eyes and other vision changes" (El embarazo puede causar resequedad en los ojos y otros cambios en la vista), allaboutvision.com. Consultado en diciembre de 2019.

⁸"Diabetes and your eyes" (La diabetes y sus ojos), preventblindness.org. Consultado en diciembre de 2019.

⁹"Glaucoma facts and stats" (Información y estadísticas sobre el glaucoma), glaucoma.org. Consultado en diciembre de 2019.

¹⁰"The eye: a window to your health" (El ojo: una ventana a su salud), brightfocus.org. Consultado en diciembre de 2019.

¹¹Informe de Vision Council sobre la fatiga visual digital de 2016.

Esta información está disponible ampliamente y no es específica del plan o del estado. Las ofertas no son válidas en el estado de Texas.

