



Sus ojos son la ventana de su salud.

Haga hoy mismo una cita para un examen de los ojos.

Sus ojos, su salud

Lo que deben saber las mujeres

¿Al leer su revista favorita se da cuenta de que cierra un poco los ojos? ¿Se le hace más difícil conducir por la ciudad para hacer los mandados, en particular por las noches? ¿Siempre trata de colocar la silla más cerca de la televisión, para verla mejor? Si cualquiera de estas situaciones le suena conocida, es posible que tenga un problema de la vista y no lo sepa. Las mujeres no están solas en esto.

Según un estudio realizado por el Instituto Nacional del Ojo, la cantidad de personas en los Estados Unidos con problemas de la vista sigue aumentando. Si aún tiene una visión perfecta en su tercera edad, considérese afortunada. Para muchas, es natural que la visión cambie a medida que pasan los años, aunque hayan tenido una vista perfecta en la niñez o juventud.

Millones de mujeres tienen una visión que no es perfecta como resultado de problemas comunes de la vista tales como la miopía, la hipermetropía, el astigmatismo y la presbicia. Estos problemas pueden detectarse fácilmente a través de un examen completo de los ojos con dilatación de las pupilas. Y pueden corregirse con lentes recetados, ya sean anteojos o lentes de contacto.

Incluya en su lista de cosas por hacer una visita al oculista. Él podrá hacerle un examen para detectar problemas comunes de la vista. Además podrá recetarle lentes correctivos para ayudarla a ver lo más claramente posible. Un examen completo de los ojos con dilatación de las pupilas también puede detectar enfermedades de los ojos que no dan señales tempranas de aviso.

Los ojos son una parte importante de su salud. Cuídelos y así estará segura de ver lo mejor posible. Una visión saludable puede ayudarla a mantenerse segura al conducir, al hacer deporte o al participar en actividades recreativas. También puede ayudarla a asegurarse de mantener un estilo de vida saludable y activo durante sus años de la tercera edad.

Asegúrese de que su vista sea la mejor posible. Tome el tiempo hoy mismo para hacer una cita para un examen de los ojos. Para obtener más información sobre los exámenes de los ojos y los problemas comunes de la visión, visite www.nei.nih.gov/healthyeyes.

