

“

La vista impacta todo, todos los días y en todas partes.

— **Aspasia Shappet**
Founder / CEO



CONTÁCTENOS

✉ hello@ecnpurpose.org

☎ (949) 329-8609

🌐 www.ecnpurpose.org

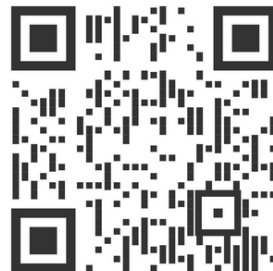
📍 26895 Aliso Creek Rd Ste B-427
Aliso Viejo, CA 92656

SÍGUENOS EN LAS REDES SOCIALES

📷 [f](#) [▶](#) @ecnpurpose

NUESTRA MISIÓN

Creemos en la importancia de la atención preventiva y la educación sobre la salud ocular. Nuestra misión es hacer posible el acceso a la atención de la vista para la población desatendida en los Estados Unidos a través de la promoción, la educación, la extensión y la conexión.



10
SEÑALES DE
QUE
NECESITA
UN EXAMEN
DE LA VISTA

PRESENTADO POR

ecnpurpose

501(c)(3) nonprofit organization

1. VISIÓN BORROSA

La visión borrosa es un signo común de un problema de visión. Cuando su visión se vuelve repentinamente borrosa, o más borrosa de lo normal, y no puede ver claramente a las personas u objetos, es una señal de que es posible que necesite programar un examen de la vista.



2. DOLORES DE CABEZA FRECUENTES

Los dolores de cabeza pueden ocurrir cuando los músculos del ojo están tensos y trabajan más para enfocar una imagen. Si experimenta dolores de cabeza persistentes y tiene problemas para ver, puede ser una señal para programar un examen de la vista.

3. VISIÓN DOBLE

La visión doble, o diplopía, puede ocurrir como resultado de que los ojos no puedan coordinarse adecuadamente. La visión doble también puede ser un signo de lesión, accidente cerebrovascular, tumor o enfermedad.



4. PROBLEMAS CON LA VISIÓN NOCTURNA

La dificultad para ver de noche puede ser uno de los primeros marcadores de deterioro de la visión. Si tiene dificultades para ver o siente tensión en los ojos durante la noche, un oftalmólogo podrá evaluar la causa subyacente y prescribir el tratamiento adecuado.

5. DOLOR DE OJOS

El dolor ocular puede ser causado por irritación debido a alergias, infección, un rasguño en la córnea, síndrome del ojo seco o un objeto extraño en el ojo. Ciertas afecciones oculares, como el glaucoma, pueden causar presión o dolor debido a la acumulación de líquido en el ojo. Si el glaucoma no se trata, puede provocar pérdida de la visión o incluso ceguera, por lo que es importante hacerse un control de la visión anualmente.

6. FLOTADORES O LUCES INTERMITENTES

Las moscas volantes son esos pequeños garabatos, círculos o líneas que a veces ves en tu campo de visión. Si ve una cantidad inusualmente grande de moscas volantes o luces intermitentes, consulte con un oftalmólogo, ya que es posible que haya tenido un desgarro o desprendimiento de retina.

7. SENSACIÓN DE SEQUEDAD O ARENILLA

Si siente arena en los ojos, sequedad o picazón, es posible que esté experimentando síntomas de ojo seco. Las lágrimas artificiales pueden proporcionar un alivio temporal. Sin embargo, si los síntomas persisten durante más de 1 o 2 días, debe programar un examen con un oftalmólogo.



8. OJOS LLOROSOS

Los ojos llorosos pueden ser una señal de que estás experimentando un problema de visión. Sin embargo, los ojos llorosos también pueden indicar otros problemas, como alergias o síndrome del ojo seco. Si sus ojos lloran excesivamente, programe una cita con un oftalmólogo.

9. FATIGA VISUAL DIGITAL

Ver una computadora o una pantalla digital a menudo hace que los ojos trabajen más y puede provocar el síndrome de visión por computadora, también conocido como fatiga visual digital. Puede combatir los síntomas de la fatiga visual digital practicando ejercicios oculares y siguiendo la regla 20-20-20 (por cada 20 minutos, mire a 20 pies de distancia durante 20 segundos).



10. SENSIBILIDAD A LA LUZ

Las transiciones de iluminación pueden resultar difíciles para la vista. Si parece que su visión no se adapta al pasar de la oscuridad a la luz, o si experimenta sensibilidad a la luz frecuente, esto podría ser un signo de una afección ocular grave, por lo que es mejor informarle a un oftalmólogo.

♥ LA SALUD OCULAR ES IMPORTANTE ♥

El cuidado ocular constante es la mejor manera de garantizar que los síntomas incómodos no se conviertan en problemas graves que afecten su salud ocular.