



José María Ruiz Moreno

► CATEDRÁTICO DE OFTALMOLOGÍA Y DIRECTOR MÉDICO DE IER BAVIERA

«Diagnosticar a tiempo un problema de retina puede evitar la ceguera»



El profesor José María Ruiz Moreno.

Cerca de cinco millones de personas están en riesgo de padecer ceguera legal (visión inferior al 10%) en España por diversas enfermedades que afectan a la retina, una capa de tejido nervioso que recubre la

estructura interna del ojo y cuyo correcto funcionamiento es de vital importancia para la visión, según explica José María Ruiz Moreno, catedrático de Oftalmología y director médico de IER Baviera.

REDACCIÓN

■ ¿Qué problemas pueden afectar a la retina?

■ Las enfermedades que más comúnmente detectamos en la retina se concentran en cuatro grandes grupos; las degenerativas, entre las que se encuentran la degeneración macular asociada a la edad (DMAE); las patologías asociadas a la miopía magna o miopía patológica; las de origen vascular, principalmente la retinopatía diabética; y los desprendimientos de retina. En todos estos casos, la detección precoz es fundamental para evitar la evolución de la enfermedad y mejorar el pronóstico. En muchas ocasiones, diagnosticar a tiempo uno de estos problemas puede evitar casos de ceguera.

■ ¿Por qué estas enfermedades pueden llegar a ser tan graves?

■ Las patologías de retina no son los problemas visuales más comunes, pero suelen ser bastante invalidantes. Cambian la vida de las personas que las padecen porque afectan de forma grave a la visión.

■ ¿Qué consejos daría para prevenir o paliar, en la medida de lo posible, estas enfermedades?

■ En general, para evitar problemas de retina debemos hacer todo lo posible para llevar una vida sana ya que de esta forma estaremos ayudando a prevenir enfermedades generales como la diabetes o la hipertensión arterial, que pueden acabar afectando a nuestra salud visual. Llevar una dieta equilibrada rica en antioxidantes, prescindir del consumo de tabaco y alcohol o practicar ejercicio son medidas que pueden ayudar a evitar algunas enfermedades de la retina o retrasar su aparición y mejorar su pronóstico. Además, recomendamos revisiones oftalmológicas anuales a partir de los 50 años o en personas más jóvenes si se encuentran dentro de los grupos de riesgo.