

Lesiones de retina relacionadas con los deportes

Practicar deporte puede proporcionar un sinnúmero de beneficios, entre los que se incluye una mejor salud física y mental. Sumado a los efectos positivos de practicar deporte, existe el riesgo de sufrir lesiones físicas, incluidas las que pueden afectar la visión.



Reducir el Riesgo Mediante la Concienciación

Las lesiones de retina pueden ocurrir al practicar deportes, como por ejemplo fútbol, tenis y básquetbol, cuando una lesión con objeto contundente o un golpe directo en el ojo con una pelota deportiva provoca desgarro o desprendimiento de la retina. Las lesiones penetrantes, cuando un dedo, codo u otro objeto entra en el ojo, también pueden dañar la retina u otras estructuras del ojo. Las lesiones de retina relacionadas con los deportes pueden causar pérdida de visión, e incluso ceguera, si no se recibe atención médica de inmediato.

Conocer más acerca de cómo se puede dañar la retina al practicar deportes, los síntomas a los que hay que prestar atención y las precauciones que hay que tomar puede ayudar a reducir el riesgo de lesiones de retina relacionadas con pelotas deportivas.

Entre los deportes que suelen causar lesiones oculares o de retina relacionadas con las pelotas deportivas se incluyen:

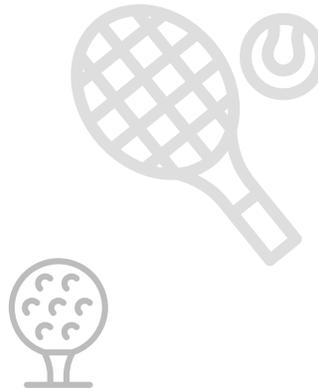
- Béisbol
- Básquetbol
- Golf
- Guerra de bolas de pintura
- Pickleball
- Deportes de raqueta (Bádminton, Ráquetbol, Squash, Tenis)
- Fútbol



Seguridad Deportiva para Salud de la Retina

Los síntomas de una lesión de retina por el uso de pelotas deportivas pueden incluir:

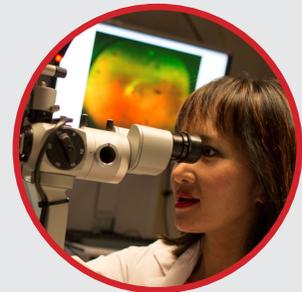
- Visión borrosa
- Moscas volantes
- Destellos de luz
- Dolor en el ojo
- Sensibilidad a la luz
- Mancha negra o cortina negra en su visión



Un diagnóstico y tratamiento tempranos pueden ayudar a prevenir la pérdida permanente de visión. Si experimenta estos síntomas, busque tratamiento a con un especialista de retina de inmediato.

Entre las lesiones de retina más frecuentes relacionadas con las pelotas deportivas se incluyen:

- * Desprendimiento de retina
- * Diálisis de retina, un tipo de desgarro de la retina que con frecuencia se debe a una contusión del ojo
- * Hinchazón en la retina
- * Agujero macular
- * Sangrado o hemorragia de la retina o del vítreo



Hay varias cosas que puede hacer para reducir el riesgo de lesiones de retina relacionadas con los deportes:

- ✓ Use anteojos de protección a la hora de practicar deporte.
- ✓ Asegúrese de que sus anteojos le queden bien y son de un material a prueba de golpes.
- ✓ Preste atención a su entorno y, si es posible, deje espacio entre usted y otros jugadores para disminuir el riesgo de recibir un golpe en el ojo.
- ✓ Si experimenta una lesión o un traumatismo ocular, consulte de inmediato a un oftalmólogo o a un especialista de retina, aunque no presente ningún síntoma.



Agradecemos especialmente la colaboración de Landon J. Rohowetz, MD, y Harry W. Flynn Jr., MD, FASRS del Bascom Palmer Eye Institute.