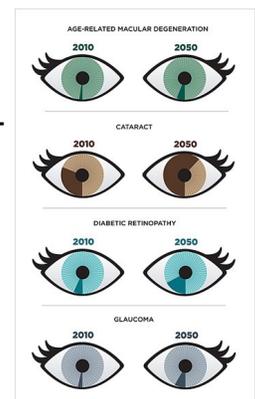




La pérdida de la vista y herramientas de asistencia

La pérdida de la vista o discapacidad visual afectan las actividades diarias, como trabajar, conducir, cocinar, y más. Las enfermedades de deterioro de la vista más comunes son la degeneración macular relacionada con la edad (AMD por sus siglas en inglés), las cataratas, el glaucoma y la retinopatía diabética. Según el Instituto Nacional del Ojo (NEI), el número de personas afectadas por éstas se duplicará entre el 2010 y 2050. Por ejemplo, en el 2010, 2,7 millones tenían glaucoma, y se estima que 6,3 millones la tendrán para el 2050. Los trabajadores agrícolas tienen un mayor riesgo de desarrollar problemas de la vista, ya que están bajo el sol durante largos períodos de tiempo, están expuestos al polvo, generalmente no tienen chequeos oculares, y sufren de presión arterial alta o diabetes. También piensan que la pérdida de la visión está relacionada con el envejecimiento, pueden haber experimentado un golpe en sus ojos o no usan equipo de protección. Con el cuidado adecuado y conocimiento de los trastornos de la visión, muchas de estas discapacidades visuales pueden prevenirse o retrasarse. Enero es el mes de Concientización sobre el Glaucoma, hágase un examen de la vista.



4 enfermedades de la vista que se duplicarán

Degeneración macular relacionada con la edad (AMD)

La AMD es la principal causa de discapacidad visual en los estadounidenses de 50 años o más (NEI). Afecta la mácula, un área pequeña cerca de la retina que nos ayuda a ver los objetos claramente al frente. Con AMD, los personas ven un área borrosa cerca de la visión central, y con el tiempo, el área puede crecer más y llegar a un punto en blanco en esta región. AMD no conduce a la ceguera completa, sin embargo, interfiere con las tareas cotidianas, como leer, cocinar, o conducir. Las personas que fuman tienen el doble de probabilidades de desarrollar AMD. Las familias con antecedentes de ADM también tienen un mayor riesgo de contraer esta enfermedad. Sin embargo, un estilo de vida saludable de ejercicio regular, no fumar, mantener la presión arterial y los niveles de colesterol, y comer una dieta saludable de vegetales y pescado ayudará a reducir la posibilidad de desarrollar AMD.



Cortesía de NEI.

Glaucoma

El glaucoma es la segunda causa de discapacidad visual en los Estados Unidos y el mundo (allaboutvision.com). Es un grupo de enfermedades oculares que dañan el nervio óptico del ojo que transfiere información del ojo al cerebro (NEI). El daño suele ser por de la hipertensión ocular o la presión dentro del ojo. Afecta la visión periférica y puede conducir a la ceguera. El glaucoma tiene una mayor probabilidad de afectar a latinos y afroamericanos, según el tipo de glaucoma. Cirugía, láser o medicamentos son tratamientos para el glaucoma según la gravedad. Un estilo de vida activo con ejercicio regular, una dieta saludable y no fumar también puede ayudar a reducir el riesgo de desarrollar esta enfermedad.



El glaucoma afecta la vista al rededor.
Foto cortesía de NEI.

Retinopatía Diabética

La retinopatía diabética es la principal causa de discapacidad visual y ceguera entre los adultos en edad de trabajar (NEI). La retinopatía diabética está relacionada con la diabetes tipo 1 o 2. Si la diabetes no se trata, los niveles altos de azúcar en la sangre pueden bloquear los vasos en la retina y cortar el flujo de sangre (Mayo Clinic). Esto causa manchas flotantes oscuras, visión borrosa, visión fluctuante o visión a color deteriorada. Las personas que han tenido diabetes durante más tiempo, tienen mayor riesgo. Además, los afroamericanos, nativos americanos e hispanos tienen un riesgo más alto. La retinopatía diabética se puede prevenir controlando la diabetes, los niveles de azúcar en la sangre, la presión arterial y el colesterol, no fumar y prestando atención a los cambios de la vista.



La retinopatía diabética causa manchas flotantes oscuras.
Foto cortesía de NEI.

Cataratas

Las cataratas son comunes en la población de edad avanzada, más de la mitad de todos los estadounidenses padecen esta enfermedad a la edad de 80 años (NEI). Las cataratas hacen que el lente del ojo tenga una nube, causando visión borrosa. Hace que conducir, leer, escribir o ver la expresión facial de un amigo sea difícil de ver (WebMD). Las etapas iniciales de las cataratas generalmente se pueden corregir con lentes, sin embargo, a medida que avanza, puede requerirse cirugía. Las personas que tienen diabetes, exposición excesiva a la luz solar, presión arterial alta, son obesas, fuman o beben cantidades excesivas de alcohol tienen un mayor riesgo de tener cataratas. Las cataratas pueden prevenirse o retrasarse si los pacientes dejan de fumar, controlan su salud y comen una dieta saludable de frutas y verduras.



Las cataratas causan vista borrosa.
Foto cortesía de NEI.

Hay muchas más enfermedades que causan pérdida de la vista, sin embargo, estas son las cuatro principales reconocidas por el Instituto Nacional del Ojo. California AgrAbility puede ayudar a las personas que sufren de impedimentos visuales al presentarles herramientas dispositivos de asistencia que pueden ayudar a su visión.

Dispositivos de asistencia para las personas con discapacidad visual

Task Vision Lentes de Aumento para TV

Gafas de aumento ligeras y portátiles que se pueden enfocar en objetos hasta 10 pies de distancia. Aumenta los objetos hasta 2 veces. Se pueden usar solo sobre la mayoría de los anteojos recetados. Útil para ver televisión, eventos deportivos, conferencias, pasatiempos y otros eventos y actividades.



Grabador Reloj Despertador

Esta alarma le permite grabar su propia voz y usarla como alarma personal o recordatorio. Esta grabadora y alarma que habla le recordará citas importantes, medicamentos y más. Al usar el micrófono incorporado, puede grabar hasta 6 mensajes de alarma personales.



Be My Eyes (Sé mis ojos)

Be My Eyes es una aplicación móvil gratuita que establece una conexión de video en vivo entre usuarios con discapacidad visual y voluntarios videntes. El voluntario avistado puede explicarle las cosas a las que apunta su cámara. Los usuarios pueden usar esto para encontrar artículos perdidos, leer etiquetas de productos para el hogar y mucho más.



NuEyes Pro (NuevosOjos Pro)

NuEyes Pro es un dispositivo ligero, inalámbrico, tipo lentes y es activado por voz para personas con discapacidad visual. Una cámara de video en la parte frontal de las gafas magnifica hasta 12 veces más de lo que se está viendo y se muestra en el interior de las gafas. Puede controlarlos con el control remoto o por comando de voz.



Foto cortesía de NuEyes.

Existen muchas herramientas y dispositivos de asistencia para ayudar a quienes viven con un impedimento visual. Consulte la Biblioteca de Préstamos de Ability Tools (*AT-Device Lending Library*) para encontrar más de estas herramientas de asistencia. Las personas pueden probar estas herramientas de forma gratuita durante 30 días a través de este programa de préstamos. Para ingresar a esta página, vaya a calagrability.ucdavis.edu y busque la página "Tools" o vaya a abilitytools.org/ y busque la biblioteca en "Services" y "AT Exchange". Para asistencia, llame a CalAgrAbility.

University of California, Davis

Biological and
Ag Engineering

One Shields Ave
Davis, CA 95616

Toll Free Phone
1-800-477-6129

Teléfono (530) 752-1613

Correo: calagra@ucdavis.edu

Director del Programa:
Fadi Fathallah, Ph.D.



Ability Tools

Ability Tools conecta a Californianos con discapacidades a equipo de asistencia y servicios para vivir la vida más fácilmente.

abilitytools.org/

Correo: info@abilitytools.org

Llame gratuitamente
(800) 390-2699

TTY: 800-900-0706



CalAgrAbility

CalAgrAbility sirve a familias que trabajan en la agricultura y son afectadas por una discapacidad o enfermedad, ayuda a proteger la calidad de vida y preservar su sustento.

CalAgrAbility.UCDavis.edu

nifa.usda.gov/program/agrability



United States
Department of
Agriculture

National Institute
of Food and
Agriculture