

Primero, cuente con un equipo de apoyo (oftalmólogo/a, rehabilitador visual). Usted también debe formar parte de este equipo ya que sabe mejor que nadie cómo está su visión.

Segundo, hable con el oftalmólogo/a, acerca de su visión, comparta cualquier problema que tenga con su visión.

Tercero, sea persistente, tome control de su salud, usted es su mejor aliado en el cuidado de sus ojos.

Preguntas que puede hacerle a los especialistas en baja visión:



¿Cómo puedo continuar con mis actividades o rutinas diarias?

¿Qué puede ayudarme a hacer mi trabajo?

¿Hay algún aparato especial que me pueda ayudar con mis actividades diarias?

¿Qué más puede ayudarme a leer, cocinar y hacer reparaciones en mi casa?

¿Qué ayuda, programas o servicios existen para poder vivir mejor?

¿Qué ayuda, programas o servicios existen para moverme con más seguridad y tener menos riesgos de accidentes?

¿Dónde puedo encontrar apoyo individual o en grupo?



63900272
Fundación San Ignacio de Loyola
Calle Junín 647, entre Ladislao Cabrera y Aroma,
al lado de la Federación de Campesinos
Teléfonos: 4797766 - 4068457 • Cel. 63900272



¡Estar donde otros no están!

Como vivir con BAJA VISIÓN



¡Lo que **USTED** debe saber..!

¿Qué es la baja visión?



La baja visión es una condición que no se puede corregir con lentes, medicinas o cirugía.

Cuando se tiene baja visión es difícil hacer las actividades diarias como leer, ir de compras, cocinar, escribir, ver televisión.

Cada año muchas personas pierden parte de su visión.

La baja visión puede suceder a cualquier edad. Sin embargo, es más común en las personas mayores de 65 años.

Las causas más comunes de la baja visión son ciertos problemas de salud y enfermedades de los ojos.

- Degeneración macular relacionada con la edad.
- Catarata.
- Diabetes.
- Glaucoma.
- Lesiones en los ojos.
- Defectos de nacimiento.

No es posible corregir la visión que se ha perdido. Una vez que usted pierde parte de la visión, no la puede recuperar.

Pero usted puede llevar una vida independiente teniendo baja visión.

Existen ayudas especiales y la rehabilitación visual si tiene baja visión.

Si nota cualquier cambio en su visión vaya al oftalmólogo de inmediato.

¿Cómo sé si tengo baja visión?

Hay algunos síntomas que puede notar si tiene baja visión.

Marque los síntomas que usted tiene, aunque use lentes:

- ☐ Reconocer las caras de amigos y familiares.
- ☐ Cocinar.
- ☐ Coser.
- ☐ Hacer reparaciones en su casa.
- ☐ Escoger los colores de la ropa.
- ☐ Leer un libro.
- ☐ Ver las señales de tránsito.
- ☐ Identificar los nombres de las tiendas.

¿Cuándo debo hacerme un examen de los ojos?

Vaya regularmente a su oftalmólogo/a

Pida que le hagan un examen completo de los ojos con dilatación de las pupilas.

¿Qué puedo hacer si tengo baja visión?



Entre estas causas se incluye: