



Adiós Moscas Volantes

Descubra Como Eliminar
Las Miodesopsias Para Siempre

Leonardo Gastellu

www.AdiosMoscasVolantes.com



CLICK AQUI
PARA DESCARGAR
COMPLETO

Contenido General

Capítulo 1. Editorial	3
Capítulo 2. ¿A Qué Nos Referimos Con El Diagnóstico De Miodesopsias?	6
Capítulo 3. A Mayor Edad, Mayor Posibilidad De Padecer Miodesopsias	10
Capítulo 4. Conceptos Básicos Sobre El Órgano De La Visión	13
Capítulo 5. ¿Por Qué Se Producen Las Miodesopsias?	17
Capítulo 6. ¿Cuándo Se Debe Consultar Al Oftalmólogo Sin Demoras?	18
Capítulo 7. ¿Hay Que Operar?	23
Capítulo 8. Prevenir, Reducir, Combatir	25
Capítulo 9. Las Vitaminas Que Fortalecen La Visión	28
Capítulo 10. Sabios Consejos	32
Capítulo 11. A Modo De Reflexión Final	36
Capítulo 12. Glosario	41

Capítulo 1. Editorial

Vamos a hablar de las miodesopsias, una palabra proveniente del griego, de *myodes*, volar, y de *opsis*, visión. Se trata de un síntoma de la visión que suele afectar a innumerables personas a determinada altura de sus vidas. Quizás hay muchas personas que jamás han escuchado esta palabra antes, por lo que les suene como un término totalmente raro.

Sin embargo, a medida que vayamos describiendo cómo se manifiestan las miodesopsias y qué molestias acusan, muchos de los que nos están leyendo van a poder darle un nombre a ciertos indicios extraños que les ocurren en la visión y que con frecuencia llegan a ponerlos de mal humor.

A grandes rasgos, las miodesopsias se manifiestan como un defecto ocular. A las miodesopsias también se las pueden hallar bajo las acepciones de flotadores del ojo, cuerpos flotantes, *floaters* (flotadores, en inglés), moscas volantes o moscas imaginarias. Ya para los antiguos romanos eran *muscae volitantes*. Y la verdad es que tanto flotadores como moscas volantes o moscas imaginarias son nombres por demás gráficos o descriptivos que hacen a la cuestión. Más adelante ya veremos por qué decimos que son nombres gráficos o descriptivos.

En esta guía vamos a definir qué son las miodesopsias con claridad, para que se entienda bien. Asimismo, conoceremos por qué son más frecuentes en las personas de mediana edad y más aún en las personas de edad avanzada, aunque hay que acotar que en ocasiones, las miodesopsias suelen darse en los jóvenes y aún en los niños.

Y como estamos hablando del órgano de la visión, resulta imprescindible que hagamos referencia a cómo está constituido ese órgano tan diminuto aunque complejo y cómo funciona cada una de sus partes, que se encuentran estrechamente vinculadas al cerebro por intermedio del nervio óptico. Abordaremos las causas de las miodesopsias, sin dejar de mencionar aquellos casos en que resulta conveniente hacer una consulta al médico especialista en oftalmología lo antes posible.

Pero, ¿habrá que someterse a una operación?, es la pregunta que surge de inmediato y genera gran incertidumbre. Lo que siempre conviene es prevenir el problema y, si ya existe, reducirlo y combatirlo con métodos naturales, que no produzcan daños colaterales en la vista ni en ningún otro órgano. Las vitaminas A y D siempre van a ser aliadas de la buena visión. Y hay recomendaciones simples, que también se alían en esto de controlar las miodesopsias. Al final, encontrará una reflexión final del tema que nos ha convocado. Con el cierre de un glosario, que incluye las palabras que colaboran con la mejor comprensión del tema, con definiciones útiles para aprender más y mejor acerca de los ojos y de su función primordial, la de ver el mundo que nos rodea y en el que estamos inmersos.

Invitamos a transcurrir la lectura de estas páginas, se padezcan las miodesopsias o no se padezcan las miodesopsias. ¿Por qué decimos esto? Lo decimos porque las miodesopsias constituyen ese tipo de problemas que si tenemos la suerte de vivir muchos años algún día nos puede atacar, con más o menos intensidad. Así que no será en vano alertarnos, para poder evitarlas en todo lo que se pueda. Y si somos responsables de educar a nuestros hijos o a otras personas de nuestro entorno, esta guía nos va a ser de mucha utilidad para incorporar conceptos así como prácticas que hacen a la calidad de vida de toda la familia.

Adiós Moscas Volantes

Básicamente nos referimos a la nutrición, que enseñada y bien aprendida desde la infancia nos ahorra infinidad de sufrimientos futuros. Se habla mucho de la nutrición, aunque a la hora de ser precisos se empieza a dudar sobre aquello que conviene ingerir para prevenir o con el objeto de disminuir determinadas afecciones.

¿Cómo debemos nutrirnos para evitar o para curar problemas en la visión? Hay que albergar esperanzas, eso sí: la alimentación balanceada y nutritiva siempre potencia la salud y en este caso, potencia al órgano de la vista. Las miodesopsias, así como otras afecciones que involucran a los ojos, pueden mejorar con algunos componentes nutricionales adecuados para ello. A no dudarlo que es así.

Y bien, ha llegado el momento de disponernos a transferir y a divulgar todo lo que hemos investigado acerca de las miodesopsias o de los flotadores de ojo o de los cuerpos flotantes o *floaters* o de las moscas volantes o de las moscas imaginarias, tal como suele llamárseles. Por sobre todas las cosas, estamos interesados en aportar contenidos útiles, que se pongan al servicio de nuestros estimados lectores para ayudarlos a estar saludables en todo lo posible, así como para que ellos a su vez ayuden a sus seres queridos a vivir bien.

Les agradecemos que sean nuestros receptores, dispuestos a aprovechar en toda su intensidad lo que tenemos para decirles acerca de las miodesopsias. ¡Buena lectura! Y que de ella surjan los mejores resultados para disfrutar de la maravilla que constituye el poder ver.

Capítulo 2. ¿A Qué Nos Referimos Con El Diagnóstico De Miodesopsias?

Las miodesopsias se llegan a constituir con algunos trozos muy pequeños de una sustancia de consistencia gelatinosa, partículas que flotan a nivel de la lente del cristalino y de la retina del globo ocular.

Pueden localizarse en uno o en los dos ojos, al mismo tiempo o en forma alternada. Justamente se las denomina también moscas volantes o moscas imaginarias porque la propia persona que las padece las percibe en su campo visual como si fueran sombras de pequeños insectos inquietos, incluso que llegan a ser muy visibles si se observan en contraste con la luz de un cielo sin nubes, con una pared lisa de tonalidad muy clara o con un papel de color blanco, por ejemplo.

Más precisamente, las miodesopsias son opacidades con formas de manchas pequeñas o especies de nubecillas o de puntos o de filamentos como telarañas o de círculos diminutos, que aparecen en el campo visual suspendidos y con movimientos independientes. Las miodesopsias se localizan en el humor vítreo o cuerpo vítreo ocular y por efecto del paso de la luz, proyectan sombras sobre la retina. Estas sombras son percibidas como si fuesen imágenes semitransparentes que flotan ante la vista en forma exterior.

Pero las miodesopsias no son ilusiones ópticas sino que son reales. A decir verdad, la causa de lo que se ve está dentro del mismo ojo, porque estas sombras están ubicadas en el interior del ojo y mediadas por la acción del cerebro, semejan imágenes con consistencia.

Adiós Moscas Volantes

Aclaremos que si bien cuando hablamos de órgano de la visión estamos hablando de los ojos, el órgano que se encarga de realizar el proceso de la visión es el cerebro.

La materia nerviosa que ocupa el cráneo llamada cerebro da cuenta del tipo de imágenes que se movilizan frente a la visión o hacia ambos costados del campo de la visión, imágenes que son recibidas a través del nervio óptico por medio de señales eléctricas. Las imágenes llegan a las superficies estriadas del cerebro en el lóbulo occipital en forma invertida y, mediadas por la acción del cerebro, dichas imágenes son puestas en su perspectiva real.

Dentro del ojo hay numerosos vasos sanguíneos muy diminutos, que al igual que las miodesopsias podrían provocar sombras sobre la retina, pero como esos vasos no tienen movimientos, el cerebro se ocupa de eliminar esas imágenes que le llegan a través del nervio óptico. Por el contrario, el cerebro no se adapta a las miodesopsias y de ninguna manera elimina esas imágenes móviles.

Y bien, los diminutos trozos de gel que flotan proceden del humor vítreo o cuerpo vítreo. Cabe preguntar entonces, ¿qué es el humor vítreo o cuerpo vítreo? El humor o cuerpo vítreo es un líquido que se encuentra ubicado por detrás del cristalino, que llena la estructura esférica del globo ocular, mantiene su presión interna a la vez que colabora con mantener su forma. El humor vítreo tiene una función tanto protectora como de amortiguación.

Aquí hay que recordar que la forma del globo ocular resulta importante para que no se produzca la miopía, ese defecto o error de la vista que solo permite ver bien los objetos que están ubicados cerca de la vista y mal los objetos que están ubicados lejos.

A decir verdad, el humor vítreo más que por un líquido está formado por una sustancia gelatinosa, que se encuentra compuesta por un noventa y nueve por ciento de agua y por un uno por ciento de sustancias que son sólidas, constituidas por una red de colágeno y de ácido hialurónico. El ácido retiene las moléculas de agua. Cuando se produce la despolimerización del entramado de su red de colágeno quedan liberadas las moléculas de agua y licuan el humor vítreo, que se achica y se produce lo que se conoce como sinéresis vítrea.

Las miodesopsias no son catalogadas como una enfermedad, así como tampoco lo son las arrugas en la piel, por dar un ejemplo que ayude a esclarecer la cuestión. Y aquí vale aclarar que en medicina la enfermedad constituye una alteración o anomalía más o menos grave de la salud, ya sea por causas conocidas o por causas desconocidas. Las miodesopsias podrían catalogarse como un síntoma o como un signo que no reviste peligro para la salud de la persona, así como tampoco reviste peligro para la visión en particular.

Si las miodesopsias no son una enfermedad ni son peligrosas para la salud ni para las funciones de la vista, ¿por qué entonces nos ocupamos de las miodesopsias y les dedicamos todo un informe completo de investigación? Nos ocupamos de las miodesopsias así como podríamos ocuparnos de las arrugas, porque aunque las miodesopsias no son peligrosas en sí mismas, traen aparejadas inconvenientes y por ende preocupaciones, a la persona que las padece. Alguien que está escribiendo o que está leyendo frente a la pantalla de su computadora, o alguien que está dedicado a la lectura de un libro y comienza a ver su vista interferida por manchas diminutas que se mueven de aquí para allá, no solo va a sentirse muy molesto con la visión inesperada, sino que puede llegar a angustiarse y a generar ansiedad al pensar que pueda llegar a tener un problema en los ojos de cierta gravedad.

Adiós Moscas Volantes

Para tranquilidad de nuestros lectores, queremos darles la seguridad de que si los síntomas no pasan a mayores y estamos hablando de una persona de mediana edad o de una persona de edad avanzada, estamos hablando de las miodesopsias o moscas voladoras, como algo natural que nos puede llegar a pasar en la vida. Han llegado las miodesopsias o las moscas voladoras así como un día pueden empezar a llegar las arrugas en la piel o las canas en el cabello, de manera absolutamente natural. ¡A no asustarse entonces! Porque así está determinado en todo ser humano, el organismo va envejeciendo y perdiendo algunas de sus propiedades que le daban vigor.

A decir verdad, cada órgano del cuerpo envejece y lo manifiesta de alguna manera evidente. En este caso que estamos considerando, envejece el cuerpo vítreo o humor vítreo, que va perdiendo agua y por esa razón, comienza un proceso gradual de achicamiento que conlleva a la pérdida de la transparencia. Ese gel que en los primeros años de la vida era completamente transparente, con los años se vuelve más líquido. La sustancia gelatinosa o fibras de colágeno se agrupan, se espesan y forman aglutinaciones, condensaciones visibles que se separan de la retina, que es lo que se denomina desprendimiento vítreo.

Hay que aclarar que si bien estas pequeñas manchas móviles en el campo visual llamadas miodesopsias son molestas porque actúan como interferencias de la visión, nunca deberían ser de tal intensidad ni en forma constante como para impedir las actividades normales de la persona que las padece. Más adelante, precisamente en el Capítulo 6. *¿Cuándo se debe consultar al oftalmólogo sin demoras?*, daremos detalles que nos brinden algunas pautas de cuándo las miodesopsias pueden significar problemas mayores, de cuándo pueden constituir realmente un síntoma para alarmarse y solicitar un turno urgente con el médico.

Capítulo 3. A Mayor Edad, Mayor Posibilidad De Padecer Miodesopsias

En general, las miodesopsias o moscas volantes pueden comenzar a aparecer a partir de los veinticinco años de edad y permanecer casi de igual manera, tanto en forma como en tamaño. Lo común es que la persona que las padece cuente con más de cuarenta años. Y suelen hacerse más frecuentes a medida que las personas se vuelven más añosas.

¿Por qué sucede una mayor incidencia de miodesopsias en las personas más adultas? Lo que pasa es que el gel del que está constituido el humor vítreo o cuerpo vítreo es absolutamente transparente en los primeros años de vida. Pero a medida que pasan los años esta sustancia gelatinosa empieza a tornarse más líquida, las fibras de colágeno se agrupan y tienden a formar condensaciones. En consonancia con el estado líquido que va en aumento, puede haber una mayor percepción de miodesopsias. Si bien en general no llegan a percibirse en forma constante, en ocasiones las miodesopsias pueden notarse aún cerrando los ojos.

Como rara vez aparecen las miodesopsias en personas jóvenes, cuando ello ocurre hay que prestarles mayor atención porque pueden ser síntomas de otras enfermedades, que requieren estudio y tratamiento diferenciados.

En algunos casos puede tratarse de una hialosis asteroidea, un proceso degenerativo ocular en el que se forman en el humor vítreo opacidades muy diminutas de tonalidades blancuzcas. Dichas opacidades compuestas de calcio y de fosfato reflejan la luz, por ello dan la apariencia de asteroides.

También la sínquesis centellante es una afección del ojo que presenta opacidades que se han formado por cristales de colesterol, dispersos en el humor o cuerpo vítreo. Son cristales muy movibles, que suelen depositarse en la parte inferior del humor o cuerpo vítreo cuando el ojo permanece en reposo.

Estos cristales pueden haber surgido como consecuencia de una inflamación intraocular, de un traumatismo ocular o de una hemorragia vítrea. Tanto la sínquesis centellante como la hialosis asteroidea como las miodesopsias, son afecciones al ojo de características diferentes y no deben confundirse entre sí.

Hay otra enfermedad bastante común que puede darse a cualquier edad, que tampoco debe confundirse con las miodesopsias, que se llama blephritis o blefaritis. Los síntomas característicos de la blephritis o blefaritis son los párpados inflamados por una alteración de las glándulas, molestia que suele hacerse crónica y acompañarse en repetidas ocasiones de la aparición de orzuelos.

Los bordes de los párpados suelen presentar un aspecto inflamado y muy enrojecido. Muchas veces esta patología está asociada con eczemas o con psoriasis. Las molestias suelen aliviarse con ungüentos o con lágrimas artificiales, aunque es una afección que debe tratarse porque con el tiempo si se agrava puede ocasionar la pérdida de la visión.

Cuando se trata específicamente de miodesopsias, trozos pequeños de la sustancia vítrea gelatinosa pueden llegar a separarse de la retina, provocando desgarros y hasta hemorragias.

Adiós Moscas Volantes

Sucede que al producirse adherencias entre el cuerpo vítreo y la retina que son mucho más consistentes que lo normal, al realizarse movimientos se podrían provocar desgarros de la retina, con riesgo de que haya desprendimientos retinales.

Cuando esto se produce, se puede originar la aparición de nuevas miodesopsias o moscas volantes. Y el desprendimiento de la retina necesita sí o sí de una intervención quirúrgica. ¿Por qué? Porque cuando la retina se desprende pierde el suministro de nutrientes que la mantenía vital y comienza su proceso de muerte. Para conservar la retina hay que operar.

Capítulo 4. Conceptos Básicos Sobre El Órgano De La Visión

Cuando hablamos de las miosesopsias o de los flotadores del ojo o de los cuerpos flotantes o de las moscas flotantes o de las moscas imaginarias, nos estamos refiriendo a un problema que afecta en exclusividad al órgano de la visión. Por ello, es importante conocer cómo está formado ese órgano pequeño aunque complejo y delicado, que junto con el cerebro nos permite percibir el mundo exterior dándonos información de nuestro entorno. A continuación detallamos la anatomía del ojo humano.

El ojo humano, del latín *oculus*, proporciona el sentido de la visión. Tiene aproximadamente veinticinco milímetros de diámetro y siete gramos de peso, con un aspecto de abombamiento en su superficie anterior. Está formado por una porción periférica, por anexos en la cavidad orbitaria, y por las vías ópticas y centros corticales de la visión. Posee tres membranas, que son las siguientes.

En primer lugar, la membrana esclerótica o blanco ocular, que protege el ojo y forma por delante la córnea transparente. Se trata de una capa externa dura, rígida y blanca, que recubre el globo ocular y constituye unas tres cuartas partes de su superficie. La esclerótica o esclera está formada por la episclera, una capa de tejido conjuntivo ubicada en la superficie de la esclerótica; el estroma escleral, una capa protectora gruesa compuesta por haces colágenos de diverso tamaño; la lámina fusca, una capa fibrosa de pequeñas fibras de colágeno, ubicada en la parte posterior; la córnea, situada por delante de la esclerótica, forma una zona de transición que se denomina limbo esclero-corneal.

Adiós Moscas Volantes

La córnea está constituida por el epitelio corneal, la membrana de Browman, el estroma corneal, la membrana Descemet y el endotelio corneal.

Luego, la membrana coroides, úvea posterior o capa media es una capa con vasos sanguíneos y tejido conjuntivo del cuerpo ciliar, una estructura muscular y fibrosa que rodea el cristalino. Ubicada por detrás de la retina, se prolonga y forma una membrana opaca y coloreada llamada iris, intervenida en el centro por una abertura circular que se conoce con el nombre de pupila, cuyo tamaño depende de un músculo que rodea sus bordes, que aumenta o se achica cuando se relaja o contrae, de forma tal que controla la cantidad de luz que entra al ojo. El iris está formado por el epitelio anterior, por el estroma del iris, por la membrana de Bruch y por el epitelio posterior.

Por último, la membrana retina o capa interna es una cutícula transparente ubicada en la parte posterior del ojo, con células que resultan sensibles al excitante luminoso, recubiertas por células epiteliales que contienen la melanina. La retina está constituida por el epitelio pigmentario, por el retiniano externo y por la retina sensorial interna. La retina está unida al encéfalo por intermedio del nervio óptico.

Sobre la retina se imprimen las imágenes de los objetos, imágenes suministradas por los medios transparentes del ojo: la córnea, el humor acuoso, el cristalino y el humor vítreo. La córnea es la primera superficie refractiva en importancia, luego le sigue el cristalino. La parte posterior contiene el humor vítreo, así como la parte anterior contiene el humor acuoso. Ya explicamos en párrafos anteriores en qué consiste el humor vítreo.

Adiós Moscas Volantes

Resta decir que el humor acuoso se trata de una fuente de oxígeno y nutrientes para el cristalino, formado por un líquido alcalino, transparente y fluido, ubicado en la cámara anterior y en la cámara posterior del ojo.

Asimismo, el órgano visual posee los músculos ciliares, que se ubican entre el límite del iris y de la coroides, dispuestos para hacer variar la convergencia del cristalino y para permitir la acomodación, que es cuando la lente del cristalino se aplana o redondea.

Cuando la acomodación disminuye se origina la presbicia, el defecto de la vista que por falta de convexidad del cristalino, percibe confusos los objetos próximos y con mayor claridad los objetos lejanos. El ojo puede tener defectos de refracción, como la miopía, la hipermetropía y el astigmatismo, así como anomalías en la percepción de los colores, como el daltonismo y el acromatismo.

Expliquemos a grandes rasgos cómo funciona el mecanismo de la visión, con todos los componentes que acabamos de enumerar. Cuando la luminosidad se introduce por la pupila, atraviesa el cristalino, que se ajusta según la distancia, y se proyecta sobre la retina, donde por intermedio de las células fotorreceptoras o células fotosensibles (los conos y los bastones o cilindros, llamados así por sus formas) las imágenes se transforman en impulsos nerviosos, que se trasladan por el nervio óptico a las superficies estriadas del cerebro, que se ubican en la parte del lóbulo occipital.

El estímulo adecuado para el ojo humano son las ondas luminosas, que se originan en un cuerpo luminoso y transmiten su luz.

Adiós Moscas Volantes

La longitud de onda está comprendida entre 390 y 750 milimicras, que constituyen el llamado espectro visible. De tal manera, el cerebro completa el proceso iniciado por el órgano de la visión de manera efectiva: posibilita la visión.

¡Increíble todos los elementos y funciones que se condensan en el diminuto órgano visual! ¡Y ni hablar del órgano del cerebro! Pero las funciones del cerebro las vamos a dejar para otro momento, porque aquí lo que nos importa son las miodesopsias y los problemas que nos traen en la vista.



CLICK AQUI
PARA DESCARGAR
COMPLETO



Leonardo Gastellu

Leonardo Gastellu | Especialista En Salud Ocular.
Autor de "Adiós Moscas Volantes™".