



Lo que debe saber sobre el tabaco y los ojos



El uso de tabaco es la principal causa de muerte evitable en el mundo.¹

Fumar tabaco no solo puede causar enfermedades pulmonares, enfermedades del corazón, cáncer y muchos otros problemas de salud graves, sino que también puede tener un impacto considerable en el riesgo de tener algunas condiciones del ojo que ponen en peligro la vista.²

Principales condiciones del ojo que empeoran con el consumo de tabaco^{2,3}

- 1 La **degeneración macular relacionada con la edad (age-related macular degeneration, AMD)** se produce cuando se daña una parte de la retina, la mácula. Esto provoca la pérdida de la visión central. Si fuma, tiene más probabilidades de tener degeneración macular relacionada con la edad que las personas que no fuman.
- 2 Las **cataratas** son la opacidad de una parte del cristalino del ojo, lo que puede causar visión borrosa. Si fuma, tiene un mayor riesgo de tener cataratas.
- 3 La **retinopatía diabética** se produce cuando se dañan los vasos sanguíneos del ojo, y es una complicación de la diabetes. Causa visión borrosa o distorsionada y, posiblemente, ceguera. Fumar hace que la retinopatía diabética sea más difícil de controlar, lo que significa que las complicaciones son más probables.

Cada año, el consumo de tabaco es responsable de la muerte de más de

8 millones
de personas
gente en todo el mundo¹

4 El **síndrome del ojo seco** es una condición frecuente que se produce cuando los ojos no producen suficientes lágrimas, lo que puede causar dolor en los ojos y dificultar la claridad de la visión.

Los fumadores tienen más probabilidades de tener el síndrome del ojo seco que los no fumadores.

5 Las **infecciones del ojo** pueden deberse con frecuencia al humo del tabaco, que tiene muchas sustancias químicas nocivas que pueden contaminar los ojos. Los fumadores que usan lentes de contacto corren un riesgo aún mayor y tienen más probabilidades de desarrollar una infección en los ojos que los demás.

6 El **glaucoma** es una condición que afecta el nervio óptico y puede provocar la pérdida de la vista. Los fumadores tienen el doble de probabilidades de tener glaucoma que los no fumadores.¹

El riesgo de glaucoma también aumenta si hay diabetes o hipertensión arterial, enfermedades a las que también está muy vinculado el tabaquismo.

7 La **enfermedad de Grave** es una condición que afecta la glándula tiroides. La enfermedad ocular tiroidea, que aumenta la presión detrás de los ojos y puede hacer que se abulten, puede presentarse en personas que tienen la enfermedad de Grave. Los fumadores que tienen la enfermedad de Grave corren el riesgo de que su condición de los ojos empeore significativamente.

8 La **uveítis** es una peligrosa enfermedad del ojo que se produce cuando se inflama la capa media del ojo (la úvea). Esta enfermedad puede causar enrojecimiento de los ojos, dolor y problemas de visión.

Fumar aumenta la probabilidad de desarrollar uveítis.

¿Está embarazada? Fumar puede dañar los ojos de su bebé.

Fumar durante el embarazo aumenta el riesgo de que el bebé sufra problemas graves de salud, como el parto prematuro, bajo peso al nacer y defectos congénitos, incluidas dificultades de la vista como retinopatía y ojo perezoso.⁴

Ocúpese de la salud de sus ojos.

La pérdida de la vista relacionada con el consumo de tabaco y fumar puede prevenirse. Dejar de fumar puede ayudarle a salvar su vista y la salud de sus ojos. Además de dejar de fumar, existen otros hábitos que también pueden ayudar a proteger sus ojos²:

- Hacer ejercicio con regularidad
- Llevar una dieta saludable
- Evitar ser fumador pasivo
- Controlar su presión arterial y sus niveles de colesterol
- Usar anteojos de sol con protección UV y un sombrero de ala ancha
- Programar exámenes de la vista completos con regularidad

Obtenga más información

Visite myuhcvision.com para ver contenido adicional sobre salud y bienestar visual

**United
Healthcare**

¹ Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, "Tobacco" <https://www.cdc.gov/tobacco/php/data-statistics/adult-data-cigarettes/index.html>, Consultado en abril de 2025.

² Myvision, "How Smoking Impacts Your Eye Health": <https://myvision.org/guides/smoking-effects-on-eyes>, Consultado en abril de 2025.

³ Academia Americana de Oftalmología, "Smoking and eye Disease": <https://www.aao.org/eye-health/tips-prevention/smokers>, Consultado en abril de 2025.

⁴ Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, "Substance Use During Pregnancy": <https://nida.nih.gov/publications/research-reports/tobacco-nicotine-e-cigarettes/what-are-risks-smoking-during-pregnancy>, Consultado en abril de 2025.

La compañía no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, sexo, edad o discapacidad en los programas y actividades de salud. La empresa contratante para UnitedHealthcare Vision Network es Spectera, Inc.

Ofrecemos servicios gratuitos para ayudarle a que se comunique con nosotros, por ejemplo, cartas en otros idiomas o en letra grande. O bien, usted puede pedir un intérprete. Para pedir ayuda, llame al número que se encuentra en su tarjeta de ID.

ATENCIÓN: Si habla español (Spanish), hay servicios de asistencia de idiomas, sin cargo, a su disposición. Llame al número de teléfono gratuito que aparece en su tarjeta de identificación.

請注意：如果您說中文 (Chino)，我們免費為您提供語言協助服務。請致電：1-800-638-3120, TTY 711

Esta póliza tiene exclusiones, limitaciones y condiciones bajo las cuales la póliza puede continuar en vigencia o ser discontinuada. Para conocer los costos y los detalles completos de la cobertura, comuníquese con UnitedHealthcare Insurance Company.

La cobertura de UnitedHealthcare Vision es proporcionada por o a través de UnitedHealthcare Insurance Company, ubicada en Hartford, Connecticut, UnitedHealthcare Insurance Company of New York, ubicada en Islandia, New York, o sus compañías afiliadas. Los servicios administrativos son prestados por Spectera, Inc., United HealthCare Services, Inc. o sus compañías afiliadas. Los planes vendidos en Texas usan el número de formulario de póliza DPOL.18.TX y DCOC.18.TX y el número de formulario de Certificado de Cobertura (Certificate of Coverage, COC) asociado VCOC.INT.06.TX o VCOC.CER.13.TX. Los planes vendidos en Virginia usan el número de formulario de póliza DPOL.18.VA y DCOC.18.VA y el número de formulario de Certificado de Cobertura asociado VCOC.INT.06.VA o VCOC.CER.13.VA.