



CooperVision®

EXPLICANDO EL CONTROL DE MIOPÍA

ES MOMENTO DE ENFRENTARSE A LA

# MIOPÍA\*



\*Los niños de entre 8 y 15 años con miopía experimentaron una progresión más lenta de la miopía al iniciar el tratamiento con MiSight® 1 day, que comparte la misma tecnología ActivControl® Technology que con MyDay® MiSight® 1 day.

# ¿QUÉ NECESITO SABER?

La miopía se está convirtiendo en un problema frecuente entre los niños y los jóvenes.<sup>3</sup> Provoca **visión borrosa** y puede afectar a la calidad de vida, lo que puede dificultar su participación en el colegio, en deportes y otras actividades del día a día y puede suponer un riesgo para la salud ocular en el futuro.<sup>4-6</sup>

La miopía puede **empeorar rápido**, en especial, en niños, por lo que es importante iniciar un tratamiento para el control de la miopía cuanto antes.<sup>7</sup>



## ¿POR QUÉ IMPORTA EL CONTROL DE LA MIOPÍA?

La miopía, suele ocurrir cuando el globo ocular crece demasiado rápido durante la infancia. La miopía puede empeorar rápido, sobre todo en los niños más pequeños, porque sus ojos crecen a mayor velocidad.<sup>7</sup>

La miopía provoca visión borrosa y suele **hacer necesario el uso de gafas o lentes de contacto** para ver detalles, como la pizarra o el televisor. A medida que aumenta la miopía, también lo hace la dependencia de la corrección visual para las actividades del día a día y también aumenta el riesgo para la salud ocular en el futuro.<sup>6</sup>



Esta imagen es una interpretación artística de la miopía tal y como se experimenta sin gafas o lentes de contacto.

**Pruebe nuestro simulador de visión online**

[www.CooperVision.es/simuladormiopia](http://www.CooperVision.es/simuladormiopia)



## ¿CUÁLES SON LAS CAUSAS DE LA MIOPÍA?

La miopía es cada vez más frecuente.<sup>3</sup> Existe una relación con el estilo de vida moderno, las actividades que necesitan visión cercana y el aumento del tiempo frente a la pantalla, pero la genética también influye.<sup>11,12</sup>



Más tiempo  
frente a las  
pantallas



Menos tiempo  
al aire libre



Exigencias  
educativas



Vivir en la ciudad



Genética

## CÓMO AFECTA LA MIOPÍA A SU HIJO HOY

A medida que la miopía empeora, puede afectar a la calidad de vida. Esto se debe a que los niños dependen cada vez más de las correcciones visuales para tener una participación plena en el colegio, los deportes y otras actividades del día a día.<sup>4,5</sup>

Puede actuar ahora para ayudar a ralentizar el aumento de la miopía de su hijo.\*<sup>1,2</sup>

Suele empeorar más rápido en los niños más pequeños, por lo que es importante empezar con el tratamiento lo antes posible.<sup>7</sup>



### CÓMO PUEDE AFECTAR LA MIOPÍA A LA SALUD OCULAR

La miopía puede dar lugar a **Problemas oculares más graves** en el futuro.<sup>6</sup>  
Incluyendo:

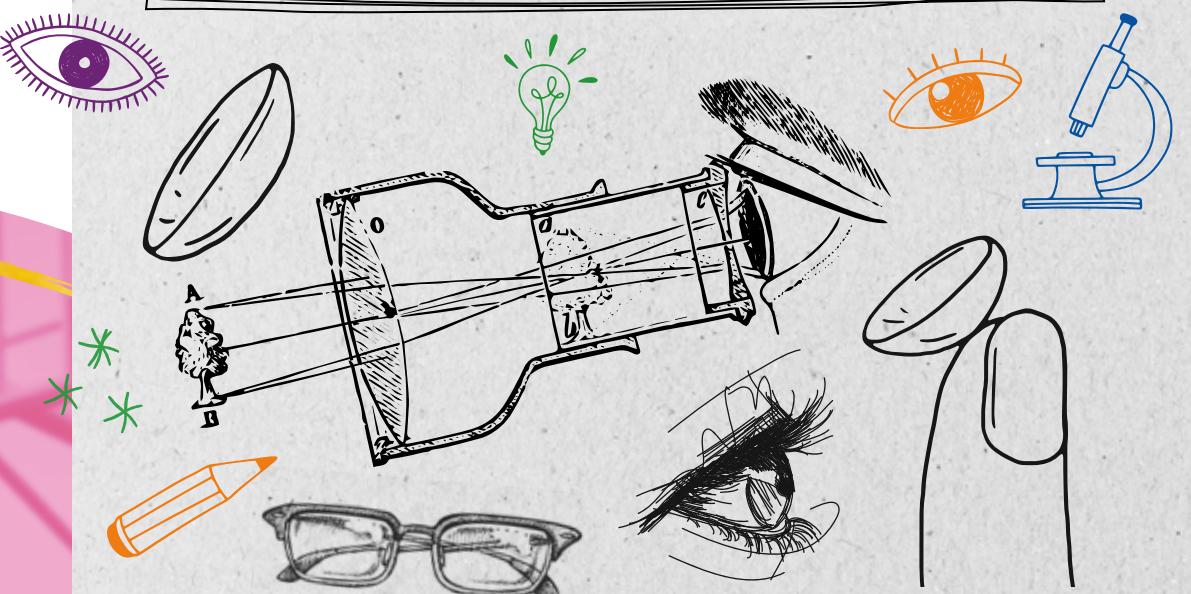
- **maculopatía miópica<sup>13</sup>**
- **desprendimiento de la retina<sup>14</sup>**
- **glaucoma<sup>15</sup>**
- **cataratas<sup>16</sup>**



# No pierdas de vista

## tus ojos

\*Los niños con miopía de entre 8 y 15 años experimentaron una ralentización en el progreso de la miopía al comenzar el tratamiento con MiSight® 1 day, que comparte la misma tecnología ActivControl® Technology que MyDay® MiSight® 1 day



**Si no lo  
veo no  
lo creo**

→ Los científicos creen que, de media, un ojo completamente desarrollado será 0,5 mm **más largo en un niño que en una niña.**<sup>1</sup>

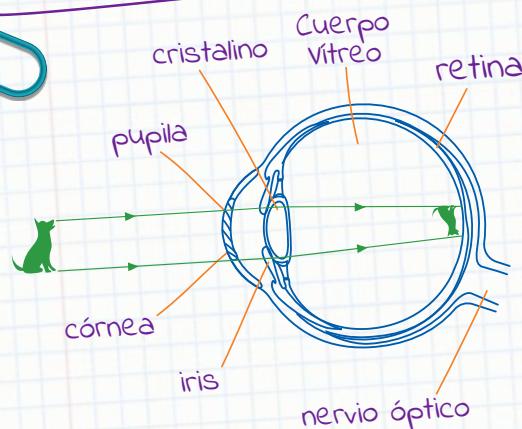
Los ojos pueden distinguir aproximadamente **10 millones de colores diferentes.**<sup>2</sup>

↓  
De media, parpadeas entre 15 y 20 veces por minuto y más de 5 millones de veces en un año.<sup>3</sup>

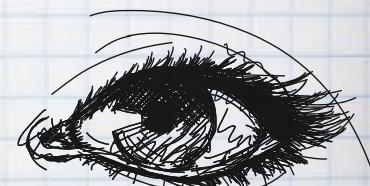
## ¿Qué es exactamente la miopía?

La miopía puede hacer que la visión de lejos sea borrosa. Si tus ojos son miopes, puede que te resulte complicado leer la pizarra o ver tu programa favorito si estás lejos de la TV.<sup>4</sup>

### Anatomía de un ojo normal



La miopía suele deberse a que el ojo crece ligeramente por encima de lo que debería.<sup>6</sup> También es posible que tengas más probabilidades de desarrollar miopía si algún miembro de tu familia es miope.<sup>5</sup>



### Detectar los signos de la miopía<sup>6</sup>

- ✓ Dolor de cabeza
- ✓ Ojos cansados
- ✓ Frotarse los ojos con regularidad
- ✓ Necesidad de sentarse cerca de pantallas, como el televisor
- ✓ Dificultad para ver la pizarra desde lejos



### Consejos y trucos para ayudar a los ojos:

#### 1. ¡Sal a la calle!

Ve al parque, monta en bici, contempla objetos desde lejos... todo eso da a tus ojos la oportunidad de relajarse.<sup>6</sup>



#### 2. ¡Hora de no mirar pantallas!

Todo ese tiempo frente a pantallas brillantes puede cansar los ojos.<sup>7</sup> Es hora de alejarse de la tablet, del ordenador, de la televisión, y, por supuesto, también de tu smartphone. Lo siento. Pero tus ojos te lo agradecerán.



#### 3. Mantén los objetos a una distancia adecuada

Sabemos que es tentador acercarte a la pantalla, pero hay pruebas de que esto podría aumentar la probabilidad de padecer miopía.<sup>8</sup> Se aconseja mantener los dispositivos y libros a una distancia mínima igual a la que separa el nudillo del codo.<sup>9</sup> Venga, ¡pruébalo!



#### 4. Lentes de contacto y gafas especiales para el control de la miopía

¿Sabías que puedes comprar lentes de contacto y gafas especiales que no solo te ayudarán a ver con claridad, sino que también pueden frenar el aumento de tu miopía?<sup>10</sup> Tu Profesional de la Visión puede explicarte más sobre cómo funcionan.



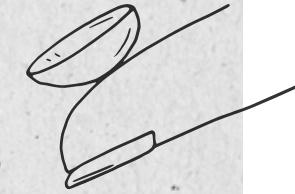
#### 5. Duerme todo lo que puedas

Mantener un sueño de calidad por la noche resulta beneficioso para la miopía,<sup>11</sup> así que asegúrate de descansar los ojos lo suficiente.



# ¿Necesitas revisiones visuales periódicas?

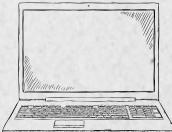
Al igual que tú creces con cada cumpleaños, tus ojos también cambian a medida que te haces mayor. Las revisiones visuales periódicas ayudan a detectar cualquier cambio que te pueda dificultar ver bien y pueden ayudar a **mantener los ojos sanos** en el futuro.



¿Y mi futuro?

La miopía se puede controlar con facilidad con unos sencillos pasos para que puedas seguir haciendo muchas cosas interesantes cuando seas mayor, ya sea convertirte en atleta profesional, estudiar las estrellas o cuidar de los demás.

Si notas algún **cambio en tu visión** a medida que creces, asegúrate de decírselo a un adulto. Cuanto antes detectes cambios en tu vista, antes podrá ayudarte tu Profesional de la Visión a tratarlos y controlarlos.



¿Quieres saber más?  
Visita: [www.CooperVision.es](http://www.CooperVision.es)

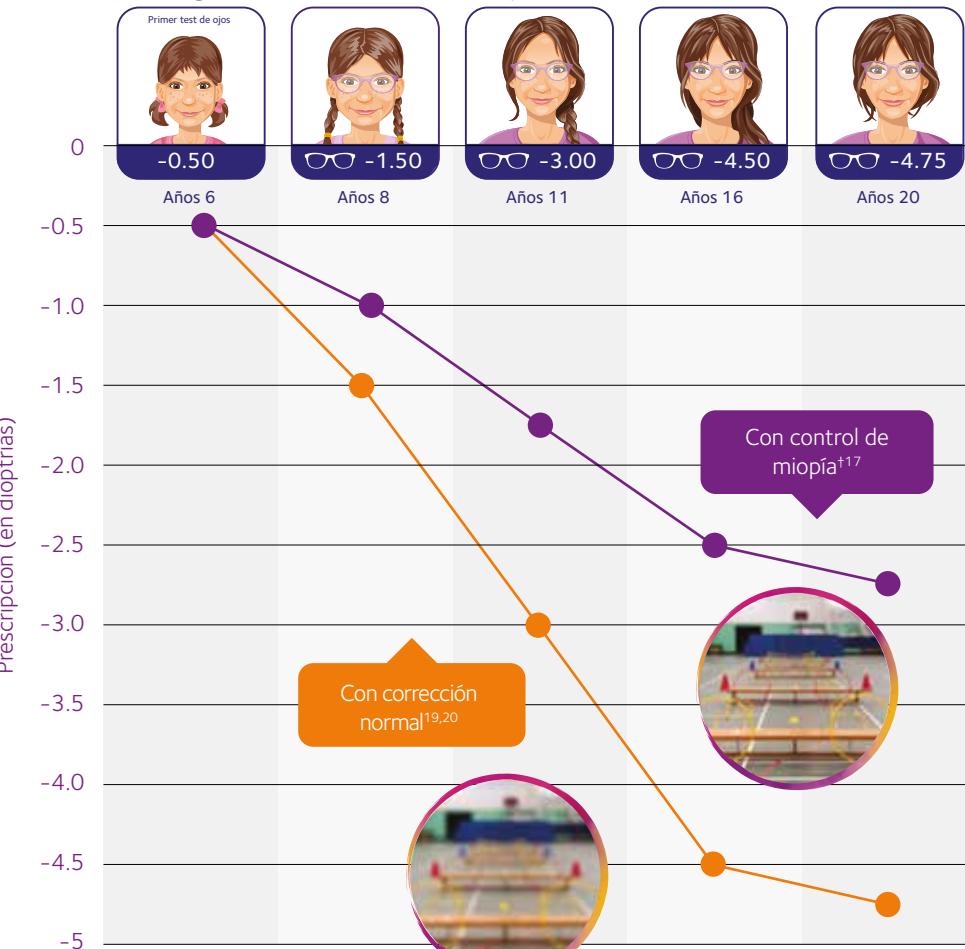
1. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/aos.12107>
2. <https://www.aao.org/eye-health/tips-prevention/how-humans-see-in-color>
3. Karson CN. Physiology of normal and abnormal blinking. *Adv Neurol* 1988;49:25-37.
4. Zadnik K et al. Prediction of Juvenile-Onset Myopia. *JAMA Ophthalmol*. 2015 Jun; 133(6): 683-689
5. 2018, NHS guidelines: <https://www.nhs.uk/conditions/short-sightedness/>
6. Deman JW, Snabel MC, Tedja MS, et al. Association of axial length with risk of uncorrectable visual impairment for Europeans with myopia. *JAMA Ophthalmol*. 2016;134:1355-1363
7. Foreman J et al. Association between digital smart device use and myopia: a systematic review and meta-analysis [https://doi.org/10.1016/S2589-7500\(21\)00135-7](https://doi.org/10.1016/S2589-7500(21)00135-7)
8. Ip JM et al. Role of near work in myopia: findings in a sample of Australian school children. *Invest Ophthalmol Vis Sci*. 2008 Jul;49(7):2903-10. doi: 10.1167/iovs.07-0804. PMID: 18579757.
9. Huang et al. Protective behaviours of near work and time outdoors in myopia prevalence and progression in myopic children: a 2-year prospective population study. *Br J Ophthalmol*. 2020 Jul;104(7):956-961
10. Chamberlain P et al A 3-year Randomized Clinical Trial of MiSight® Lenses for Myopia Control. *Optom Vis Sci* 2019;96:556-567
11. Liu, X.N., Naduvilath, T.J., Wang, J. et al. Sleeping late is a risk factor for myopia development amongst school-aged children in China. *Sci Rep* 10, 17194 (2020). <https://doi.org/10.1038/s41598-020-74348-7>



**EL TRATAMIENTO PARA EL CONTROL DE LA MIOPÍA PROPORCIONA UNA VISIÓN CLARA Y TIENE COMO OBJETIVO RALENTIZAR EL AVANCE DE LA MIOPÍA CON EL TIEMPO.\*<sup>2,10,17</sup>**

Con solo una dioptría menos, se pueden reducir los problemas oculares futuros hasta un **40 %<sup>18</sup>** p. ej.: -3,00 a -2,00

Progresión estimada de la miopía, solo con fines ilustrativos.



## OPCIONES PARA SU HIJO

Existen diferentes opciones clínicamente eficaces que pueden **ralentizar el avance de la miopía** si a su hijo se la han diagnosticado.<sup>21</sup> Consulte con su profesional del cuidado de la visión cuál es la mejor opción para su hijo.



### Lentes de contacto MyDay® MiSight® 1 day<sup>^</sup>

- Lentes de contacto blandas diarias que se usan en el día.
- Ideales para niños activos
- Con ActivControl® Technology, que funciona sin importar la edad a la que el niño comience el tratamiento.\*<sup>1,2</sup>
- Los beneficios del control de la miopía que ofrece la ActivControl® Technology de MyDay® MiSight® 1 day se mantienen una vez finalizado el tratamiento.<sup>†2, 22</sup>



### Lentes oftálmicas para el control de la miopía

- Se llevan durante el día
- Buena opción si su hijo es constante en el uso de las gafas
- Ideales para niños pequeños



### Lentes de contacto de ortoqueratología

- Lentes de contacto duras que se llevan durante la noche
- No se llevan lentes de contacto durante el día
- Ideales para niños que suelen hacer natación y deportes acuáticos, en los que las gafas y las lentes de contacto blandas pueden no ser adecuadas.



### ActivControl® Technology en las lentes de contacto MyDay® MiSight® 1 day<sup>^</sup>:



Funciona para **casi todos los niños** con miopía, el 90 % de los ojos responden al tratamiento.\*<sup>2,24</sup>



Reduce el aumento de la miopía **casi a la mitad**.<sup>†1,2</sup>



Funciona **independientemente de la edad** a la que el niño comience el tratamiento.<sup>\*1,2</sup>



El estudio clínico de 7 años de ActivControl® Technology es el estudio más largo de lentes de contacto blandas en niños.<sup>§</sup>



Consulte a su profesional del cuidado de la visión sobre las nuevas lentes de contacto MyDay® MiSight® 1 day. O, para más información, visite: [www.CooperVision.es](http://www.CooperVision.es)

\*Siempre que utilizaron las lentes según lo prescrito, los niños con miopía de entre 8 y 15 años experimentaron una ralentización de la progresión de la miopía con MiSight® 1 day, que comparte la misma tecnología ActivControl® Technology que MyDay® MiSight® 1 day.

†Doce meses después del tratamiento, las pruebas indican que no se perdieron los beneficios acumulados del control de la miopía después de 3 o 6 años de tratamiento con MiSight® 1 day (de media, para niños de entre 8 y 15 años al inicio del uso), que comparte la misma tecnología ActivControl® Technology que MyDay® MiSight® 1 day. En cambio, el crecimiento ocular volvió a las tasas de progresión de la miopía esperadas y medias para la edad.

<sup>^</sup>ESTE PRODUCTO CUMPLE LA NORMATIVA VIGENTE DE PRODUCTOS SANITARIOS.

\*El 90 % de los ojos miopes responden al tratamiento de MiSight® 1 day (edades comprendidas entre los 11 y los 15 años al inicio del uso, n = 90), que comparte la misma tecnología ActivControl® Technology que MyDay® MiSight® 1 day.

†A través de datos medidas, modelados y agrupados por edades (8–17), la progresión de la miopía se ralentizó en promedio cerca de un 50 % con MiSight® 1 day, que comparte la misma tecnología ActivControl® Technology que MyDay® MiSight® 1 day.

‡Siempre que utilizaron las lentes según lo prescrito, los niños con miopía de entre 8 y 15 años experimentaron una ralentización de la progresión de la miopía con MiSight® 1 day, que comparte la misma tecnología ActivControl® Technology que MyDay® MiSight® 1 day.

§Las lentes de contacto MyDay® MiSight® 1 day utilizan la misma tecnología ActivControl® Technology que las lentes MiSight® 1 day originales.

<sup>^</sup>ESTE PRODUCTO CUMPLE LA NORMATIVA VIGENTE DE PRODUCTOS SANITARIOS.

**Nada de lo que aparece en este folleto debe interpretarse como consejo médico ni pretende sustituir las recomendaciones de su profesional del cuidado de la visión.**

**Referencias:** **1.** Arumugam B et al. Modelling Age Effects of Myopia Progression for the MiSight® 1 day Clinical Trial. Invest. Ophthalmol Vis Sci. 2021; 62(8): 2333. **2.** CVI data on file, 2025. **3.** Holden BA, Fricke TR, Wilson DA, et al. Global prevalence of myopia and high myopia and temporal trends from 2000 through 2050. Ophthalmology. 2016; 123(5): 1036–1042. **4.** Lamoureux E L et al. Myopia and Quality of Life: The Singapore Malay Eye Study (SiMES). Invest. Ophthalmol Vis Sci. 2008; 49(13): 4469. **5.** Chua Y L and Foster P J. The Economic and Societal Impact of Myopia and High Myopia. Ang M and Wong T, (eds) Updates on Myopia. Springer. 2020; 53–63. **6.** Tideman J W et al. Association of axial length with risk of uncorrectable visual impairment for Europeans with myopia. JAMA Ophthalmol. 2016; 134(12): 1355–1363. **7.** Zadnik K et al. Factors Associated with Rapid Myopia Progression in School-aged Children. Invest. Ophthalmol Vis Sci. 2004; 45(13): 2306. **8.** Woods J et al. Ocular health of children wearing daily disposable contact lenses over a 6-year period. CLAE. 2021; 44(4): 101391. **9.** Lumb E, et al. Six years of wearer experience in children participating in a myopia control study of MiSight® 1 day. Contact Lens & Anterior Eye: The Journal of the British Contact Lens Association, 46(4), 101849]. **10.** CVI data on file, 2025. Prospective, 1-week, double masked, bilateral study with MiSight® 1 day silicone hydrogel. N=32 subjects aged 8–18 years. **11.** Morgan I G et al. Myopia: is the nature-nurture debate finally over? Clin Exp Optom. 2019; 102(1): 3–17. **12.** Greenwald S H et al. Role of a Dual Splicing and Amino Acid Code in Myopia, Cone Dysfunction and Cone Dystrophy Associated with L/M Opsin Interchange Mutations. Transl Vis Sci Technol. 2017; 6(3): 2. **13.** Chen S J et al. Prevalence and associated risk factors of myopic maculopathy in elderly Chinese: the Shihpai eye study. Invest Ophthalmol Vis Sci. 2012; 53(8): 4868–73. **14.** Flitcroft D I. The complex interactions of retinal, optical and environmental factors in myopia aetiology. Prog Retin Eye Res. 2012; 31(6): 622–60. **15.** Xu L et al. High myopia and glaucoma susceptibility the Beijing Eye Study. Ophthalmology. 2007; 114(2): 216–20. **16.** Yiu N C et al. Myopia and incident cataract and cataract surgery: the blue mountains eye study. Invest Ophthalmol Vis Sci. 2002; 43(12): 3625–32. **17.** Chamberlain P et al. A 3-year Randomized Clinical Trial of MiSight® Lenses for Myopia Control. Optom Vis Sci. 2019; 96(8): 556–567. **18.** Bullimore MA, Brennan NA. Myopia Control: Why Each Diopter Matters. Optom Vis Sci. 2019 Jun; 96(6): 463–465. **19.** Chamberlain P et al. Myopia progression on cessation of Dual-Focus contact lens wear: MiSight® 1 day 7-year findings. Optom Vis Sci. 2021; 98(E-abstract): 210049. **20.** CVI data on file 2024. Internal global wearer modeling estimates for the 12-month period of October 2023 to September 2024. **21.** Resolution: The standard of care for Myopia Management by Optometrists. World Council of Optometry. (2021, May 17). <https://worldcouncilofoptometry.info/resolutionthestandard-of-care-for-myopia-management-by-optometrists>. **22.** Chamberlain P, et al. Eye growth and myopia progression following cessation of myopia control therapy with a dual-focus soft contact lens. OVS 2025;102(5):353–358. **23.** CVI data on file, 2025. Internal MiSight® 1 day global wearer modeling estimates for the 12-month period of June 2024 to May 2025. **24.** Chamberlain P et al. Long-Term Effect of Dual-Focus Contact Lenses on Myopia Progression in Children: A 6-year Multicenter Clinical Trial. Optom Vis Sci. 2022; 99(3): 204–212.

MyDay®, MiSight® and ActivControl® are registered trademarks of The Cooper Companies, Inc. and its subsidiaries.

© 2025 CooperVision.

SA14410\_1



CooperVision®



E-1146

**MyDay®**  
**MiSight® 1 day**