

LOS OFTALMÓLOGOS ADVIERTEN DEL IMPACTO DE LA RETINOPATÍA SOLAR ANTE EL ECLIPSE TOTAL DEL PRÓXIMO 12 DE AGOSTO

- Durante el atardecer del miércoles 12 de agosto de 2026 tendrá lugar el primer eclipse total de Sol visible desde la península Ibérica en más de un siglo, cuya franja de totalidad cruzará España.
- La retinopatía solar es una lesión irreversible en muchos casos que puede producirse sin dolor ni molestias inmediatas durante la observación del fenómeno.
- Los síntomas visuales suelen aparecer entre unas horas y dos días después de la exposición, por lo que los especialistas insisten en la prevención y el uso de filtros que cumplan la norma ISO 12312-2.



El próximo miércoles 12 de agosto de 2026 se producirá un hito astronómico: el primer eclipse total de Sol visible desde la península Ibérica en más de un siglo. La franja de totalidad de este eclipse cruzará España durante el atardecer.

Ante la excepcionalidad de este acontecimiento, los especialistas en retina advierten de que observar este fenómeno sin la protección adecuada puede provocar daños graves y permanentes en la visión, lo que puede derivar en una afección conocida como retinopatía solar. Los síntomas suelen comenzar entre pocas horas y uno o dos días después de la exposición, aunque en algunos pacientes pueden percibirse de forma prácticamente inmediata. “Una característica importante es que la retina carece de receptores del dolor. Por ello, la lesión puede producirse sin que la persona experimente molestias durante la exposición. Además, el daño celular continúa desarrollándose durante las horas posteriores debido a los mecanismos de estrés oxidativo

y apoptosis, de modo que los síntomas suelen aparecer después de haber finalizado la observación”, explica la doctora Mireia Jornet, oftalmóloga y especialista en Retina del Hospital Universitari Quirónsalud Barcelona. “El daño se produce principalmente por un mecanismo fotoquímico, más que térmico. La luz visible de alta energía, especialmente en el espectro azul, genera estrés oxidativo que lesiona el epitelio pigmentario de la retina (EPR) y los fotorreceptores, particularmente los conos de la fovea, responsables de la visión central y del máximo detalle visual. La mácula concentra la luz gracias al sistema óptico del ojo, actuando como una auténtica “lupa natural”. Por ello, la lesión suele localizarse en la fovea y afecta de forma selectiva a la visión central”, añade la especialista. Síntomas y evolución

Los síntomas suelen comenzar entre pocas horas y uno o dos días después de la exposición, aunque en algunos pacientes pueden percibirse de forma prácticamente inmediata. El signo más característico es una disminución de la visión central, habitualmente unilateral, aunque puede ser bilateral si ambos ojos estuvieron expuestos.

Otras manifestaciones frecuentes incluyen:

- Aparición de una mancha oscura o gris en el centro del campo visual (escotoma central).
- Visión borrosa.
- Distorsión de las imágenes (metamorfopsias), por ejemplo, percibir líneas rectas como onduladas.

- Alteración en la percepción de los colores, especialmente pérdida de intensidad o dificultad para distinguirlos.
- Disminución de la sensibilidad al contraste.

Ante cualquiera de estas señales tras observar un eclipse o el Sol sin la protección adecuada, es recomendable realizar una valoración oftalmológica, incluso aunque las molestias parezcan leves.

La evolución es variable. Muchos pacientes experimentan una recuperación parcial o incluso casi completa de la agudeza visual durante las semanas o meses siguientes. Sin embargo, en otros casos pueden persistir secuelas permanentes, especialmente un pequeño escotoma central o alteraciones en la calidad de la visión.

Aunque no existe un tratamiento específico capaz de revertir el daño establecido, el seguimiento mediante pruebas de imagen permite monitorizar la recuperación anatómica. En general, el pronóstico visual suele ser favorable en los casos leves, pero algunos pacientes mantienen alteraciones funcionales persistentes pese a conservar una buena agudeza visual.

El diagnóstico se basa en la combinación de una historia clínica compatible (antecedente de observación solar sin protección) y la exploración oftalmológica. La prueba más útil es la tomografía de coherencia óptica (OCT), que permite visualizar con gran resolución las capas de la retina. En las fases iniciales suele observarse una alteración focal de las capas externas de la retina, especialmente de la zona correspondiente a los segmentos internos y externos de los fotorreceptores (zona elipsoide), así como cambios en el epitelio pigmentario.

En la exploración del fondo de ojo puede apreciarse una pequeña lesión amarillenta en la fovea en las fases agudas, que posteriormente puede evolucionar hacia un pequeño defecto pigmentario, aunque en algunos pacientes el fondo ocular puede parecer prácticamente normal.

La autofluorescencia puede demostrar alteraciones del epitelio pigmentario, mientras que otras técnicas como la angiografía suelen ser normales o mostrar hallazgos mínimos. La rejilla de Amsler también resulta útil para detectar metamorfopsias y escotomas centrales desde el punto de vista funcional.

Pautas de prevención segura

Los expertos recuerdan que la prevención es la única herramienta efectiva, ya que no existe un tratamiento específico capaz de revertir el daño una vez establecido. La única forma segura de observar un eclipse es utilizando gafas específicas para observación solar que cumplan la norma internacional ISO 12312-2. Estas gafas filtran la radiación solar hasta niveles seguros y deben encontrarse en buen estado, sin arañazos, perforaciones ni deterioro.

No son válidas las gafas de sol convencionales, radiografías, cristales ahumados, filtros caseros, CDs, negativos fotográficos ni otros métodos improvisados, ya que ninguno ofrece una protección adecuada frente a la radiación solar.

Si se utilizan telescopios, prismáticos o cámaras fotográficas, estos deben incorporar filtros solares específicos colocados delante del objetivo. Nunca deben utilizarse las gafas de eclipse como único sistema de protección para observar el Sol a través de instrumentos ópticos, ya que la concentración de la luz puede dañarlas y provocar una lesión ocular grave.

Tras observar un eclipse, cualquier persona que note disminución de visión, visión borrosa, una mancha central, distorsión de las imágenes o alteraciones en la percepción de los colores debe acudir cuanto antes a un oftalmólogo. Aunque no exista un tratamiento específico para la retinopatía solar, un diagnóstico precoz permite confirmar la lesión, descartar otras patologías y realizar un seguimiento adecuado de la evolución visual.