

C. MADRID: LOS EXPERTOS DEL HOSPITAL UNIVERSITARIO GENERAL DE VILLALBA RECUERDAN QUE LA EXPOSICIÓN AL ECLIPSE SIN PROTECCIÓN ADECUADA PUEDE PROVOCAR LESIONES OCULARES IRREVERSIBLES

- Los especialistas advierten de que las gafas de sol convencionales no son adecuadas para observar directamente el eclipse, y recomiendan utilizar unas con filtro específico que cumpla la normativa internacional ISO 12312-2 adquiridas en un establecimiento preparado para ello
- La visión borrosa, las manchas oscuras o la distorsión de las líneas rectas pueden ser síntomas de una lesión ocular, que pueden llegar incluso a la pérdida de visión
- De cara al verano, recomiendan usar gafas de sol adecuadas, evitar bañarse con lentillas y mantener los ojos hidratados ante el calor



Dres. Carlos Narváez y Pablo Torrelo

El eclipse solar previsto para el próximo 12 de agosto debe observarse a lo largo de toda su duración con protección ocular específica y certificada, según aconsejan los profesionales del Hospital Universitario General de Villalba -hospital público de la Comunidad de Madrid-, que recuerdan que mirar directamente al

sol durante este fenómeno sin los filtros adecuados puede provocar lesiones oculares irreversibles, por lo que las gafas de sol convencionales no son suficientes para contemplarlo de forma segura.

Así lo explica el Dr. Pablo Torrelo, especialista del Servicio de Oftalmología del hospital villalbino, quien subraya que, ante un eclipse solar, “es muy importante evitar mirar directamente al sol” y utilizar gafas con un filtro específico que cumpla la normativa internacional ISO 12312-2, diseñado para impedir que la radiación ultravioleta dañe los ojos. “Siempre es mejor utilizar una protección que hayamos adquirido en un establecimiento preparado para ello”, señala.

Daños graves e irreversibles

El principal riesgo de observar el eclipse sin la protección adecuada es que la radiación llegue a la retina y provoque una lesión. El Dr. Carlos Narváez, especialista del mismo servicio, añade que una exposición sin los filtros necesarios puede causar daños graves e irreversibles, incluso con pérdida de visión.

Uno de los principales riesgos es que sus efectos iniciales pueden ser indoloros, por lo que la ausencia de molestias inmediatas no debe interpretarse como una señal de que no se ha producido ningún daño.

En este sentido, ambos oftalmólogos recomiendan consultar con un profesional si, después de mirar directamente al sol, aparecen síntomas como visión borrosa, manchas oscuras, pérdida de visión central o distorsión de las líneas rectas, especialmente si no mejoran.

Proteger los ojos también durante el verano

Más allá del eclipse, los profesionales del Hospital Universitario General de Villalba recuerdan la importancia de adoptar una serie de medidas básicas para cuidar la salud ocular durante los meses de verano y prevenir posibles problemas oftalmológicos. Entre ellas, recomiendan protegerse utilizando unas gafas de sol adecuadas, evitar la exposición solar directa y mantener los ojos hidratados ante el calor y la sequedad ambiental.

Aunque la protección ocular es importante para toda la población, los especialistas aconsejan prestar una atención especial a los niños, ya que durante el verano suelen pasar más tiempo al aire libre y estar más expuestos al sol.

Otro de los consejos básicos para cuidar la salud ocular en verano es evitar bañarse con lentes de contacto. Así lo explica el Dr. Narváez: “El uso de lentillas en piscinas o en el mar está completamente contraindicado, ya que el agua puede contener microorganismos que se adhieren a las lentes y provocar infecciones graves”.

El especialista también desaconseja abrir los ojos bajo el agua sin protección ocular, porque tanto el agua de la piscina como la del mar pueden arrastrar la película lagrimal, dejando el ojo sin parte de su protección natural y más expuesto a contaminantes.