

## Aumento en casos de miopía: una consecuencia más de la pandemia



El uso excesivo de las pantallas puede traer consecuencias severas para los ojos. Con la pandemia y el encierro prolongado, las personas han tendido a utilizar durante mucho tiempo dispositivos electrónicos (computadoras, celulares, televisores, etcétera), cuyo brillo puede generar miopía, lo que ha aumentado el porcentaje de casos, especialmente de niños.

El doctor Carlos Kitlik, jefe del Servicio de Oftalmología del hospital Notti, dijo a FM Vos (94.5) y Diario San Rafael que la miopía es uno de los vicios de refracción, de desenfoques que tiene el ojo, que es aquel desenfoque por el cual las imágenes no llegan bien enfocadas a la retina porque el ojo es más largo de lo que debe ser; por otra parte, están quienes tiene hipermetropía, y en su caso el ojo es más corto de lo que debe ser, entonces las imágenes tampoco llegan enfocadas; en el caso del astigmatismo, el ojo no es ni largo ni corto, sino que es ovalado.

Si un niño está creciendo y tiene el ojo más largo de lo que debe ser, el problema seguirá creciendo con él, entonces la miopía avanza. Una de las causantes puede ser el no salir al aire libre, el no tener contacto con la luz solar, y reemplazarlo de manera permanente con dispositivos como computadoras, celulares o televisores, teniendo en cuenta que hasta la escuela se cursa digitalmente.

El oftalmólogo advirtió que en Oriente hay una “epidemia espantosa de miopía”, que estaría muy vinculada a esto, ya que en países como China hace mucho tiempo que los niños en vez de jugar a la pelota, optan por la Play Station. Además, la utilización de esas tecnologías, hace que pestañeemos menos.

A todo esto hay que sumarle que, debido al clima seco mendocino, los ojos se pueden ver afectados también, lo que podría ser una complicación extra.

Recordó que antiguamente, las clases se desarrollaban en aulas donde los docentes

---

escribían con tiza blanca sobre pizarrones eran negros; el cambio a pizarrones blancos con fibrones negros también podría ser un problema para la vista. Recomendó utilizar por ejemplo, en celulares y computadoras, los fondos oscuros pues son menos nocivos para la vista.

Recomendó que, cuando se están utilizando dispositivos así, se quiten los ojos de las pantallas cada 20 minutos.