

Ciudad

“Ni el niño ni los papás no se dan cuenta que están 5 o 7 horas en una actividad que no les permite mirar de lejos, eso a la larga es lo que ocasiona la miopía”
Cecilia Zapata, jefa del Departamento de Estrabismo y Oftalmopediatría del Regional.

Ximena Valenzuela Cifuentes
 ximena.valenzuela@diarioconcepcion.cl

La miopía, trastorno del enfoque del ojo que genera visión borrosa de objetos distantes, según especialistas locales, va en aumento en la zona, principalmente, en menores de edad y como patología asociada al uso excesivo de pantallas.

“Es una epidemia que estamos observando, en parte asociada a la pandemia y al exceso de uso de pantallas. Este problema visual ha ido creciendo, ya en 2020 la OMS había dado esta advertencia”, dijo el médico jefe del Policlínico de Oftalmología del Hospital Regional de Concepción, Fernando Barriá.

Cecilia Campos, oftalmóloga infantil del Servicio de Oftalmología del Hospital de Concepción, aseveró que si bien la miopía tiene factores genéticos, la patología en niños se ha visto aumentada por la actividad de cerca que requiere el uso de pantallas.

“En pandemia todo se hacía con luz artificial, por pantalla, jugar, pintar, las clases, leer, la pantalla era la entretenimiento y ese fue el problema (...) Ahora nosotros queremos promover la actividad al aire libre como factor protector para que no aparezca (la miopía). Los estudios recomiendan 2 horas al día al aire libre para que a los niños les queden pocas horas para usar pantallas, para que se expongan a la luz día y puedan equilibrar el mirar de cerca y de lejos”, explicó.

Agregó que los lentes con filtro azul no tienen ninguna utilidad para los menores ni les protegen de una miopía, sólo servirían para un adulto que trabaje de noche y que luego no pueda conciliar el sueño.

Carolina Vidal, tecnólogo médico del Guillermo Grant Benavente, aseveró que anualmente en el centro de salud atienden a 3 mil 264 niños de los que cerca de mil son detectados con miopía.

Cecilia Zapata, oftalmóloga del Policlínico de Oftalmología y jefa del Departamento de Estrabismo y Oftalmopediatría del Regional, aseveró que “los que nos dedicamos a tratar miopía en los niños nos damos cuenta que existe un aumento muy importante en nuestras consultas. La apreciación es que ha aumentado hasta en un 30%”.

Agregó que la proyección de la Organización Mundial de la Salud es que para el año 2050 el 50% de la población mundial va a ser miope. “Esto se considera como una epidemia porque afecta a mucha población (...) a pesar que estamos en un mundo digital, las únicas medidas para prevenirla son salir al exterior, hacer deporte (...) y limitar las pantallas de cerca,



FOTO: HGGB

SEGÚN ESTADÍSTICAS DEL RECINTO MÉDICO

Casi un tercio de los niños con problemas oftalmológicos atendidos en el Hospital Regional tienen miopía

Especialistas llaman a reducir el uso de pantallas y a aumentar las actividades al aire libre para propiciar la visión de lejos. Recalcan que es vital realizar el primer control médico a los 4 años y luego cada 2 años.

es decir, ejercicio visual a 30 centímetros o menos de la cara. Eso estimula a que el ojo crezca en su largo y cuando crece en su largo se transforma en miope”, recalzó.

La facultativa aseveró que la pantalla y su radiación no es lo que gene-

ra el problema ocular, sino la distancia de trabajo continua “y eso significa que las pantallas son nuestros enemigos porque se produce una adicción en el niño a mirar la pantalla. El niño ni los papás no se dan cuenta que están 5 ó 7 horas en una

actividad que no les permite mirar de lejos y eso a la larga es lo que ocasiona la miopía”, dijo Zapata.

Síntomas y controles

En el caso de los menores entre cuatro y seis años, según explicó la docto-

ra Campos, es difícil detectar una pérdida de visión, pues no se quejan, de ahí la importancia de un screening.

“Tienen que tener una muy baja visión para que ver que el niño se tropiece o se acerque mucho a las cosas, (...) los adolescentes se quejan de mala visión de lejos, que comienza a achicar los ojitos, a parpadear o se queja de no ver la pizarrón. Esos niños van adquiriendo miopía”.

El primer control oftalmológico, detalló Campos, debe ser a los 4 años y luego cada dos años, especialmente, en adolescentes con riesgo de miopía.

Alteraciones neurológicas

El uso de las pantallas, explicó la doctora Campos, no sólo puede generar problemas oftalmológicos en los niños, sino también alteraciones en el desarrollo del cerebro en menores entre 0 y 4 años por lo que se recomienda que no las usen.

“Se ha visto niños que tienen trastornos del lenguaje severos, de la socialización, muy parecidos al trastorno del espectro autista que se desencadenan por el uso de pantallas (...) Además que los niños de 0 a 4 años que las usan tienen menor desarrollo de la inteligencia a largo plazo”.

Agregó que en niños que van llegando a la adolescencia el uso excesivo de pantallas puede provocar trastornos del ánimo, de la autoestima y depresión.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
 contacto@diarioconcepcion.cl