Recuerda no mirar directamente sin protección: Recomiendan formas seguras de ver el eclipse

El próximo lunes 14 de diciembre, se producirá un eclipse de sol que será visto en prácticamente todo el país y que en la región de Valparaíso alcanzará un 78% de visibilidad.

Para poder disfrutar de este fenómeno astronómico de manera segura, Mariel Vega, tecnóloga médica en Oftalmología de la Unidad de Atención Primaria Oftalmológica (UAPO) del Departamento de Salud Municipal Quillota entrega algunas recomendaciones a la comunidad local.

Anuncio Patrocinado

La profesional explicó que mirar fijamente el sol, con o sin eclipse y aunque sea por poco tiempo, puede provocar daños a la retina, de ahí la necesidad de adoptar medidas de prevención para observar el eclipse solar con seguridad

“No se puede mirar el sol directamente, pues puede dañar la parte más profunda del ojo que es la retina. La luz solar tiene rayos ultravioleta e infrarrojos que son los que producen el daño. Por tal motivo se deben usar lentes certificados que tienen norma ISO, que son los que están validados para ver el eclipse de manera segura”, explicó Mariel Vega.

La tecnóloga médica agregó que los tradicionales lentes de sol, ópticos o similares, no ofrecen protección, por lo que llamó a las familias a tomar las medidas de seguridad necesarias, especialmente con los niños.

“Debemos tener mucho cuidado sobre todo con los niños pequeños, si van mirar el eclipse sea con la protección óptica adecuada en compañía de un adulto. Tampoco se puede observar a través celulares o cámaras porque no cuentan con los filtros adecuados. La idea es disfrutar de este evento y no tener que lamentar problemas de salud posteriores”, indicó Vega.

Además y debido al contexto de pandemia producto del coronavirus, es importante mantener las medidas sanitarias como el uso de mascarilla, mantener la distancia física y evitar las aglomeraciones, realizar el lavado de manos y que cada persona tenga su lente personal para ver el eclipse y no compartirlo entre varias personas.

El daño a la retina (retinopatía solar) se produce por la radiación solar sobre los fotorreceptores y puede ocurrir sin dolor, ocasionando una disminución de la visión, alteración en la percepción de colores y formas, siendo irreversible en algunos

casos e incluso producir ceguera.



Recomendaciones

**No mirar el sol ni directa o indirectamente con o sin eclipse.

*Utilizar lentes especializados con filtro que bloquee los rayos dañinos del sol. Deben cumplir la norma y contar con la etiqueta ISO 12312-2.

**Observar por lapsos cortos y en forma intermitente (pausas).

**Revisar que el filtro de los lentes especiales esté en perfectas condiciones, sin tener daños, rayaduras ni perforaciones y que no tenga una antigüedad de más de 3 años.

**Utilizar vidrio para máscara de soldador grado 12 o superior, los que deben ser siempre adquiridos en lugares establecidos.

**No mirar sol a través de una cámara, teléfono inteligente, binocular, telescopio o cualquier otro dispositivo óptico sin que tenga un filtro solar certificado.

**No usar placa de radiografía o rollo fotográfico para visualizar el sol.

**Los niños deben ser supervisados por un adulto en todo momento.

y tú, ¿qué opinas?