

E-lentillas: Revisiones anuales pueden prevenir la detección de futuras afecciones oculares

En España el 37 % de la población tiene miopía y estas cifras seguirán aumentando a lo largo de los años, según informa el Colegio Nacional de Ópticos Optometristas

España se sitúa con un incremento alarmante de los casos de miopía, especialmente entre la población infantil. Uno de cada cinco niños, entre 5 y 7 años, sufre miopía y la causa de este aumento sitúa en un primer lugar el uso de pantallas y dispositivos móviles.

Según indica Elisenda Ibañez, coordinadora de la Federación Española de Asociaciones del Sector Óptico, "la visión del ser humano no está preparada para centrar la mirada de manera continua en libros y dispositivos electrónicos, sino más bien para ver de lejos". Este uso continuado del enfoque de los ojos en objetos cercanos termina, en muchos casos, provocando un error de refracción, el denominado como miopía.

Ante este panorama, resulta fundamental subrayar la importancia de la prevención. Detectar a tiempo cualquier afección ocular, como la miopía, es clave para evitar complicaciones futuras y garantizar una buena calidad de vida. Los especialistas recomiendan:

Revisiones oculares periódicas: Es esencial realizar controles visuales regulares, especialmente en niños, para detectar cualquier cambio en la visión y corregirlo de manera oportuna.

Tiempo al aire libre: Fomentar el juego al aire libre y reducir el tiempo frente a pantallas contribuye a disminuir el riesgo de desarrollar miopía.

Hábitos saludables: Una dieta equilibrada, un descanso adecuado y la práctica de ejercicio físico también influyen positivamente en la salud visual.

Evitar que los menores de siete años utilicen de manera regular dispositivos electrónicos con el objetivo de distraer su atención. Siempre va a ser mejor un juguete con el que no van a mantener su visión de cerca de manera prolongada.

La prevención de la miopía infantil es una responsabilidad compartida. Las familias deben estar atentas a cualquier señal de que su hijo pueda tener problemas de visión y acudir al óptico ante cualquier duda. Y es que, según el Libro Blanco de la Visión en España, el 59% de las familias no revisa a sus hijos porque estos últimos no han manifestado quejas. Los colegios también tienen un papel fundamental en la promoción de hábitos saludables para la vista y en la realización de campañas de prevención.

Por su parte, las instituciones sanitarias y las autoridades competentes deben impulsar programas de detección precoz y concienciación sobre la importancia de cuidar la salud visual. Puesto que la misma OMS estima que en 2050 el 52% de la población padecerá este problema.

En E-lentillas se realiza la campaña RE-VISIÓN para concienciar a la población de la importancia de graduarse una vez al año para detectar posibles problemas de visión.

Datos de contacto:

Patricia

e-lentillas global/ CEO

617330611

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional](#) [Medicina](#) [Industria](#) [Farmacéutica](#) [Madrid](#) [Servicios médicos](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>