



TRASCENDENCIA DEL SÍNDROME VISUAL INFORMÁTICO DEBIDO A LA EXPOSICIÓN PROLONGADA A APARATOS ELECTRÓNICOS

TRANSCENDENCE OF COMPUTER VISION SYNDROME DUE TO PROLONGED EXPOSURE TO ELECTRONIC DEVICES

Custodio Sánchez K.^{1,a}

Sr. Editor

La salud ocular, sin lugar a duda, ha ido tomando mayor relevancia en los últimos años debido a la promoción de hábitos saludables en busca del cuidado de nuestros ojos, pero también surge la incógnita de si al estar expuestos cada vez más a aparatos electrónicos con pantallas, éstas, puedan ser perjudiciales para nuestro bienestar visual ya que, debido al confinamiento, la utilización de estos como herramienta de trabajo y estudio ha incrementado exponencialmente.

La Asociación Americana de Optometría (AOA) define al Síndrome Visual informático (SVI) o fatiga ocular digital como un "grupo de problemas relacionados con los ojos que resultan del uso prolongado de computadoras y teléfonos celulares". El término puede no ser completamente exacto, pero es prevalente en los usuarios de computadoras. Los síntomas más importantes son: sequedad ocular, astenopia, visión borrosa, etc.⁽¹⁾.

Se estima que el trabajador estadounidense promedio pasa alrededor de 7 horas diarias frente a la computadora (AOA) y el 90% de los 70 millones de estos, que usan computadoras durante más de 3 horas al día experimentan SVI de alguna forma. Los síntomas pueden deberse a distancias de visualización inadecuadas, mala postura, o una combinación de estos factores⁽²⁾. El informe del SVI de 2016 en Estados Unidos, donde participaron más de 10000 adultos, identificó una prevalencia de síntomas del 65%, y las mujeres se vieron más afectadas que los hombres (69% frente a 60%, respectivamente). El SVI fue informado con mayor frecuencia por personas que usaron dos o más dispositivos simultáneamente, con 75% de prevalencia. El hallazgo de mayores síntomas en las mujeres estuvo acorde con los hallazgos de 2012 entre una cohorte de 520 trabajadores de oficina en Nueva York y puede estar relacionado con diferencias de género en la prevalencia del SVI⁽³⁾.

Las cifras en la Unión Europea, respecto al número de trabajadores que utilizan las tecnologías de información y telecomunicaciones (TIC), han ido en aumento⁽⁴⁾. El uso de estos dispositivos está más extendido en los sectores de servicios financieros, quienes informaron usarla a una alta intensidad hasta en un 57%⁽⁴⁾.

Entre 426 trabajadores españoles, la prevalencia de SVI fue del 53%. Con 6 o más horas de uso de la computadora, los usuarios de lentes de contacto tenían más probabilidades de verse afectados que los no usuarios, con prevalencias del 65% y 50%, respectivamente. El hallazgo se atribuyó a la interacción mecánica de las lentes de hidrogel de silicona con la superficie ocular⁽³⁾.

El contexto en Perú no es ajeno a los datos a nivel mundial, ha habido un incremento en el acceso de los hogares a las TIC. En el segundo trimestre de 2020, por cada 100 hogares en 99 existe al menos una TIC⁽⁵⁾. En relación con los hogares con al menos una computadora en el primer trimestre del 2020, en

¹ Facultad de Medicina Humana. Universidad Ricardo Palma, Lima-Perú.

^a Estudiante de Medicina Humana.

Citar como: Custodio Sánchez K. Trascendencia del síndrome visual informático debido a la exposición prolongada a aparatos electrónicos. Rev. Fac. Med. Hum. Abril 2021; 21(2):463-464. DOI 10.25176/RFMH.v21i2.3611

Journal home page: <http://revistas.urp.edu.pe/index.php/RFMH>

Artículo publicado por la Revista de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad Ricardo Palma. Es un artículo de acceso abierto, distribuido bajo los términos de la Licencia Creative Commons: Creative Commons Attribution 4.0 International, CC BY 4.0 (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>), que permite el uso no comercial, distribución y reproducción en cualquier medio, siempre que la obra original sea debidamente citada. Para uso comercial, por favor póngase en contacto con revista.medicina@urp.pe



el 94,0% es para uso exclusivo del hogar⁽⁵⁾. No se ha encontrado numerosa información en concreto en el Perú sobre el SVI, pudiendo citar un estudio acerca del efecto del tiempo de exposición a pantallas de visualización de datos sobre la fatiga visual en digitadores del hospital Almenara en el que se concluye que hay mayor probabilidad de presentar fatiga visual debido al tiempo de exposición⁽⁶⁾. Un segundo estudio, realizado en la Universidad Peruana Unión, muestra la prevalencia del SVI de todos los estudiantes universitarios de postgrado que fue de (61%), a causa de computadoras (57,5%), seguido del celular (37%)⁽⁷⁾.

A raíz que las labores pedagógicas y productivas requieren el uso de las TIC, es posible predecir que el SVI podría convertirse en un problema de salud pública teniendo como referencia la estadística mundial que muestra una alta prevalencia y sumando el desconocimiento de esta problemática, va a ser de suma importancia la difusión de campañas concientizadoras sobre salud ocular, así como educar a la población sobre el uso de niveles adecuados de iluminación, correcta postura y descansos periódicos, los cuales propiciarán una mejora en la salud ocular en las personas.

Contribuciones de autoría: El autor participó en la concepción, redacción, revisión final y aprobación del manuscrito.

Financiamiento: Autofinanciado.

Conflicto de interés: Los autores declaran no tener conflictos de interés en la publicación de este artículo.

Recibido: 18 de octubre del 2020

Aprobado: 02 de enero del 2021

Correspondencia: Klisman Lennon Custodio Sánchez

Dirección: Av. Benavides 5440, Santiago de Surco, Lima 33 - Perú.

Teléfono: (0511) 7080000

Correo: klisman.custodio@urp.edu.pe

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Ashish Chawla y cols. Computer Vision Syndrome: Darkness under the Shadow of Light. Canadian Association of Radiologists Journal 70 (2019) 5-9. doi.org/10.1016/j.carj.2018.10.005. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1016/j.carj.2018.10.005>
2. Susan A. Randolph. Computer Vision Syndrome. Workplace Health Saf. 2017 Jul; 65(7):328. doi: 10.1177/2165079917712727. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28628753/>
3. Sheppard AL, Wolffsohn JS. Digital eye strain: prevalence, measurement and amelioration. BMJ Open Opth 2018;3:e000146. doi:10.1136/bmjophth-2018-000146. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29963645/>
4. Eurofound. Sixth European Working Conditions Survey. 2017. https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef_publication/field_ef_document/ef1634en.pdf
5. INEI. Estadísticas de las tecnologías de información y comunicación en los hogares. INFORME TÉCNICO N° 03 – septiembre 2020. Instituto Nacional de Estadística e Informática - INEI. https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/informe_tic_abr-may-jun2020.pdf
6. Vásquez García, Efecto del tiempo de exposición a pantallas de visualización de datos sobre la fatiga visual en digitadores del HNGAI -EsSALUD. UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS. FACULTAD DE MEDICINA. UNIDAD DE POST GRADO. <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/2080>
7. Fernández Villacorta, Prevalencia del síndrome visual informático en estudiantes universitarios de postgrado de una universidad privada Lima -2019. UNIVERSIDAD PERUANA UNION. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/1153/Germ%C3%A1n_Tesis_Maestro_2017.pdf?sequence=5&isAllowed=y