

¿Por qué me duelen los ojos? Consejos para tu vista tras el eclipse



Luego del **eclipse solar** que se vivió en México este 8 de abril, en **Google** aumentaron las búsquedas relacionadas sobre **dolor en los ojos**.

El **Dr. Jorge Valdez**, jefe del Servicio de Córnea y Cirugía Refractiva del Instituto de Oftalmología y Ciencias Visuales de [TecSalud](#), compartió los **principales síntomas de alerta o molestias en tus ojos**.

"Algunas personas pueden sentir ciertos síntomas o molestias (tras el eclipse), aunque no suelen ser de peligro".



/> width="900" loading="lazy">

Síntomas de alarma en tus ojos

El Dr. Valdez enumeró los signos de alerta que hay que tomar en cuenta para acudir con un especialista:

- Visión borrosa.
- Tener un punto ciego (oscuro) en el centro de visión.
- Visión distorsionada, sobre todo, al ver líneas rectas.
- Cambio o distorsión de los colores (discromatopsia).
- Dolor de cabeza.

El Dr. Valdez, también **profesor de posgrado de Oftalmología** de la [Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud del Tec de Monterrey](#), dijo que al tener uno o más de estos síntomas, hay que acudir con un especialista.

*"Lo más importante es que si se tienen **molestias significativas** es **buscar ayuda profesional para buscar descartar una retinopatía solar**", dijo.*

¿Qué es una retinopatía solar?

De acuerdo a la Sociedad Oftalmológica de Madrid, una retinopatía solar es un **daño fotoquímico de la retina** producido por la **observación directa o indirecta del sol**, que puede ocurrir tras la

exposición a eclipses solares.

Esta condición produce una **alteración macular**, que se refiere a cualquier anomalía en la **mácula**, responsable de la visión central y de la percepción de los detalles finos.

Los síntomas más frecuentes son la **alteración de la agudeza visual** y tener una zona de ceguera o pérdida de visión que afecta el centro del campo visual (**escotoma central**).

"Algunas personas pueden sentir ciertos síntomas o molestias (tras el eclipse), aunque no suelen ser de peligro".



/> width="900" loading="lazy">

Inflamación de la córnea por exposición

El especialista agregó que también puede ser que algunos pacientes hayan tenido cambios menores por exposición prolongada a **condiciones ambientales no favorables**, como disminución de la **humedad ambiental**, **contaminación** y **la luz solar**.

*"Pudieron haber desarrollado molestias como **ardor**, **sensación de basurita**, **comezón e incomodidad**".*

*"Estas personas pudieron haber desarrollado una **queratitis por exposición** (inflamación de la córnea). Este es un **daño menor y temporal**, que suelen mejorar con uso de gotas".*

En cuanto a las gotas para ojos, recomendó las que **no requieren de receta médica** o de **venta libre** (OTC, por sus siglas en inglés).

*"Pero lo mejor es buscar asesoría, porque la mayoría de las personas que desarrollan esto, es muy probable que tengan **síndrome de ojo seco de base**, y la exposición al medio ambiente les precipitó el padecimiento.*

*"Esto se le llama **queratitis solar** (o por exposición solar). Es la que les da a los **alpinistas** que no usan lentes de protección adecuados".*

El Dr. Valdez recalcó que de **persistir las molestias por más de 24 horas**, lo mejor es buscar asesoría profesional.

El [Instituto de Oftalmología y Ciencias Visuales](#) de TecSalud brinda diagnóstico y tratamiento de padecimientos oculares y la conservación de la salud visual. En caso de una emergencia oftalmológica, puedes escribir por **Whatsapp** al teléfono **81 8888 0550**.

LEE ADEMÁS: