



H. Cámara de Diputados de la Nación

"2021 - AÑO DE HOMENAJE AL PREMIO NOBEL DE MEDICINA DR. CÉSAR MILSTEIN"

P R O Y E C T O D E R E S O L U C I Ó N

LA CÁMARA DE DIPUTADOS

DE LA NACIÓN ARGENTINA

RESUELVE

Solicitar al poder Ejecutivo Nacional la realización de campañas de concientización e implemente políticas públicas destinadas a la prevención sobre los cuidados referidos a la visión, debido al aumento de los casos de miopía y fatiga visual en niños y niñas generado por el uso de dispositivos electrónicos durante la pandemia de COVID-19.

Dr. H. Marcelo Orrego
Diputado de la Nación



H. Cámara de Diputados de la Nación

"2021 - AÑO DE HOMENAJE AL PREMIO NOBEL DE MEDICINA DR. CÉSAR MILSTEIN"

FUNDAMENTOS

Sr. Presidente:

A partir de la pandemia de COVID-19 en el mundo, las personas pasaron a transcurrir más tiempo en sus hogares. Las actividades sociales cambiaron y pasaron a realizarse de manera virtual a través de computadoras, tablets o celulares. Esta modificación en los hábitos, generó un aumento en el tiempo que los niños y niñas pasan frente a las pantallas tanto para tomar clases como para jugar o encontrarse con amigos.

La ventaja de la virtualidad trajo otras consecuencias, muchos niños están teniendo problemas de visión.

Un informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que, en 2050, una de cada dos personas en el mundo será miope y se calcula que, debido al actual escenario sanitario, se podrían acelerar estas proyecciones.

Los profesionales de la oftalmología plantean que se están observando más casos de niños con miopía, esto lo relacionan con la modalidad de educación virtual la cual se viene ejecutando actualmente. En otros casos, se empeora el cuadro de miopía que ya se había detectado. Por otro se observan más casos de fatiga visual digital en los niños.

La miopía es un trastorno del enfoque de los ojos, los objetos que están cerca se ven con claridad, pero los objetos distantes se ven borrosos.

Una de las principales hipótesis que explica el aumento de las tasas de miopía es que, cuando los niños miran pantallas o libros durante periodos prolongados, el ojo se ajusta para adaptarse a un enfoque cercano. Esa



H. Cámara de Diputados de la Nación

"2021 - AÑO DE HOMENAJE AL PREMIO NOBEL DE MEDICINA DR. CÉSAR MILSTEIN"

actividad por tanto tiempo puede cambiar y alargar la forma del ojo, provocando miopía. Por otro lado, la disminución del tiempo al aire libre puede aumentar y empeorar la miopía, ya que las personas tienden a mirar más lejos cuando están fuera. La luz natural y la actividad física al aire libre también pueden influir.

La revista JAMA Ophthalmology, realizada por investigadores de China analizaron las tasas de miopía de más de 120.000 niños confinados en sus hogares durante la pandemia y descubrieron que la tasa de miopía en niños de 6 a 8 años se había multiplicado hasta por tres en comparación con los cinco años anteriores.

El estudio "Progresión de la miopía en niños durante el confinamiento por COVID-19", el cual puede ser consultado en la revista científica The Lancet, buscó determinar si la progresión de esta discapacidad visual en los menores durante el aislamiento domiciliario estricto por la pandemia avanzó más rápidamente que en 2019, en contraste con la desaceleración general de la progresión a medida que los niños crecen.

Dicho estudio concluyó que la falta de tiempo al aire libre tuvo efectos negativos en los niños con miopía. Los investigadores plantean, "Encontramos que la progresión de los chicos que venían con miopía avanzó mucho más rápido durante la pandemia de lo que avanzaba antes. Si antes, lo hacía en 0,25 durante la pandemia, avanzó 0,50".

Da cuenta de un aumento del 30-40% durante el período de cuarentena, en comparación con 2019, un año en el que los niños, probablemente, pasaron parte de su día al aire libre. Los resultados sugieren que los períodos prolongados de confinamiento impulsan la progresión de la miopía en niños miopes, lo que puede resultar en una miopía más grave en adultos.



H. Cámara de Diputados de la Nación

"2021 - AÑO DE HOMENAJE AL PREMIO NOBEL DE MEDICINA DR. CÉSAR MILSTEIN"

La investigación, llevada adelante entre septiembre y diciembre del año 2020, estudió a 115 menores distribuidos en 16 puntos del país. "Son chicos que venían teniendo seguimiento oftalmológico hacía dos o tres años. En promedio, en la media, en estos chicos la miopía avanzó 0,44 antes de la pandemia y 0,58 durante 2020; y, si tomamos las medianas, el número se agranda: pasó de 0,27 a 0,57. Lo interesante es que, año a año, a mayor edad, la miopía avanza más despacio. Pero en el año pasado avanzó más rápido".

Estos resultados sugieren que al definir el confinamiento en el hogar es importante incorporar estrategias adicionales que puedan prevenir el aumento de la miopía en los niños.

Como ejemplo para reducir los riesgos de miopía en los niños, el Consejo Oftalmológico Argentino recomendó las siguientes claves:

- No estudiar, leer, ni pasar más de dos horas seguidas frente a las pantallas digitales y hacer descansos de al menos 10 minutos cada hora.

- Para todos los dispositivos es esencial prestar especial atención a la distancia de uso. La distancia debe ser de entre 35 y 40 centímetros y de mínimo 50 cuando se trata de un dispositivo portátil. También es importante mantener una postura correcta.

- En cuanto a la iluminación del ambiente, es importante que la luz venga desde arriba, evitar que produzca reflejos o sombras en la pantalla y que sea una luz fría, neutra y de calidad.

- Evitar usar formatos de letras muy pequeños y ajustar convenientemente el contraste de la pantalla. Cuando se usa excesivo brillo, lo único que se logra es forzar la vista y generar daños a largo plazo.

- Consultar con el oftalmólogo sobre los productos disponibles en el mercado. En interiores, filtran la luz azul dañina emitida por fuentes artificiales, tales como las luces led y las pantallas de los dispositivos digitales. En



H. Cámara de Diputados de la Nación

"2021 - AÑO DE HOMENAJE AL PREMIO NOBEL DE MEDICINA DR. CÉSAR MILSTEIN"

exteriores, se oscurecen para ayudar a proporcionar aún más protección contra la luz azul nociva, el brillo intenso y los rayos UV del sol.

-Aumentar el tiempo en el exterior. Pasar al menos una hora al día realizando una actividad al aire libre puede ayudar a reducir el riesgo de tener miopía o a que ésta progrese a un ritmo mucho más lento.

Es por esto que planteamos al Ejecutivo Nacional la necesidad de aplicar campañas de concientización acerca de esta problemática.

Es por las razones expuestas, que solicito a mis pares el acompañamiento y rápido tratamiento del presente proyecto.

Dr. H. Marcelo Orrego
Diputado de la Nación