# Creixen més d'un 20% la miopia i la fatiga ocular a la demarcació

## conclusions

## Un estudi de l'Institut d'Oftalmologia Clínica Girona - Oftalis fet a uns sis mil pacients en disset òptiques gironines destaca l'efecte en la salut visual del canvi d'hàbits durant la pandèmia i el confinament

Una dona fent-se una revisió optomètrica a l'Institut d'Oftalmologia Clínica Girona EPA.

L'increment de l'ús de pantalles –ordinadors, tauletes, mòbils o televisors, sobretot– i la reducció de les activitats a l'exterior durant la pandèmia han tingut un impacte directe en la visió dels gironins. Segons un estudi fet públic ahir per l'Institut d'Oftalmologia Clínica Girona (IOCG) - Oftalis sobre l'estat visual dels habitants de les comarques gironines, han crescut entre un 20% i un 30% els casos de fatiga ocular i de miopia respecte al 2019, abans de la pandèmia. Pel que fa a la franja d'edat, en general, han resultat afectats més adolescents i gent jove que teletreballen. Aquestes són algunes de les dades que es conclouen a partir de la informació aportada per un total de disset òptiques de la demarcació. Concretament, arran de les consultes fetes en aquests centres per uns sis mil pacients des de l'inici de la pandèmia fins a finals del 2020.

Segons va explicar ahir un dels responsables de l'estudi i optometrista de l'IOCG, David Amorós, es va aprofitar la col·laboració del centre amb les òptiques per tirar endavant aquest estudi, sobretot tenint en compte que aquests són centres sanitaris a peu de carrer i a primera línia pel que fa a la salut visual i que, a més, durant la pandèmia han vist més patologies ja que molta gent tenia por d'anar al metge. Centres que tracten els problemes de refracció habituals i que, per tant, reben la visita de molta gent. Així, de manera generalitzada, l'estudi detalla que la visió borrosa, el mal de cap, la sequedat ocular i els problemes d'enfocament a distàncies curtes són els símptomes que s'han detectat, majoritàriament, a les òptiques. A més d'un creixement notable dels casos de miopia i canvis de graduació, tant en aquest defecte refractiu com en presbícia.

Concretament, pel que fa a fatiga ocular, durant l'any 2020 es van atendre de mitjana cada mes 100 casos de fatiga ocular per òptica i, en relació amb el 2019, això suposa un augment d'entre un 20% i un 30%.

Pel que fa a la sequedat ocular, a les òptiques també s'ha detectat un increment notable d'aquesta afecció entre els pacients visitats, i un dels principals motius és l'ús de la mascareta. David Amorós explica que l'habitual és que el parpelleig dels ulls sigui d'uns 20 cops per minut, però que quan una persona es concentra –o fixa la vista en una pantalla– el ritme disminueix molt i passa a ser de 8, de manera que això resseca molt els ulls, així com també l'ús de la mascareta, que si no s'ajusta bé a la cara produeix una limitació del flux de l'aire i poca ventilació a l'interior que fa que l'aire s'escapi per la part superior i arribi als ulls. De fet, aquesta condició ja es comença a anomenar ull sec associat a la mascareta i s'aguditza en persones que ja tenen aquesta síndrome. Aquest problema ha afectat més la gent gran.

D'altra banda, la miopia és el defecte de refracció del qual s'han detectat més casos nous i més canvis de

graduació durant el 2020. Han augmentat, aproximadament, entre un 20% i un 30% respecte al 2019. En total, segons les dades recollides, s'han detectat de mitjana mensual uns 70 casos de miopia a cada òptica i la majoria en població adolescent. També han augmentat els problemes de vista cansada i les dificultats per enfocar de prop, i s'han detectat nous casos de presbícia o canvis de graduació.

Entre els defectes de refracció, també han estat presents els problemes d'acomodació ocular, que és un procés en què el cristal·lí permet a l'ull enfocar objectes propers, a diferència de la visió llunyana, on l'ull està en posició relaxada.

Els canvis d'hàbits també s'han manifestat en el tipus de correcció que han escollit els clients. Mentre que durant el confinament hi va haver una clara disminució de l'ús de les lents de contacte, ara, amb l'ús de la mascareta i els problemes amb el baf, s'ha incrementat el nombre d'usuaris de lents de contacte.

Publicat a:
-El Punt Avui. Girona 18-05-2021, Pàgina 20

Font del document:
http://www.elpuntavui.cat/societat/article/14-salut/1971132-creixen-mes-d-un-20-la-miopia-i-la-fatiga-ocular-a-la-demarcacio.html