

## Fernando Soler

**Oftalmólogo.** El director médico de la Clínica Oftalmológica Doctor Soler de Elche habló ayer en Alicante de los problemas que pueden ocasionar en la vista algunos caprichos estéticos en los ojos, como cambiar el color del iris, y recordó la obligación de seguir buenas prácticas como leer con una luz adecuada.

# «Hacerse unos ojos como los de los dibujos animados “manga” daña la visión»

A. TERUEL

■ Fernando Soler es el director médico de la clínica oftalmológica ilicitana que lleva su nombre. Ayer habló en la sala Ámbito Cultural de El Corte Inglés de Alicante acerca de los problemas oculares que pueden surgir a partir de malas prácticas estéticas, como pretender cambiar el color de los ojos o tratar de adornarlos de maneras que no resultan inocuas para el organismo. También incidió en la necesidad de seguir unos buenos hábitos en la lectura.

■ **Su conferencia lleva por título «Prácticas peligrosas para los ojos». ¿A qué se refiere exactamente con ese concepto?**

■ Hay prácticas que resultan insanas para la vista, que a veces se realizan de forma inconsciente y otras son consecuencia de alguna mala praxis por parte de un profesional. Un ejemplo de esto último son las lentes de colores para modificar el color del iris, que pueden tener efectos negativos sobre el ojo. Después hay también gustos estéticos que, al margen de opiniones personales sobre los mismos, pueden también repercutir sobre la visión, como el empleo de lentes de contacto específicas para simular unos «ojos

manga» [en alusión a las características de los personajes de dibujos animados japoneses]. Y también hay que llevar mucho cuidado con prácticas como el implante de pequeñas joyas u otros objetos en el blanco del ojo.

■ **¿Y cómo surge la idea de advertir sobre estas cuestiones?**

■ La idea de esta conferencia nació el verano pasado, ante cierta alarma que se generó al difundirse la noticia de que podía cambiarse el color de los ojos mediante el empleo de láser. Esta técnica está aún en fase experimental, por lo que conviene llevar mucho cuidado. Es muy probable que derive en problemas de tensión ocular.

■ **Considera que riesgos como éste no se toman demasiado en serio?**

■ La gente es a veces inconsciente de su propio cuerpo y se entrega en busca de la belleza a prácticas muy perjudiciales. Por eso creo que es muy importante llamar la atención sobre estas cosas, divulgar cuáles son esas prácticas poco aconsejables e instar a que la gente no las siga. Un mal sentido de la estética puede ocasionar problemas en los ojos, al igual que en el resto del cuerpo.

■ **«Las lentes de colores**

para modificar el color del iris pueden tener efectos negativos sobre el ojo»

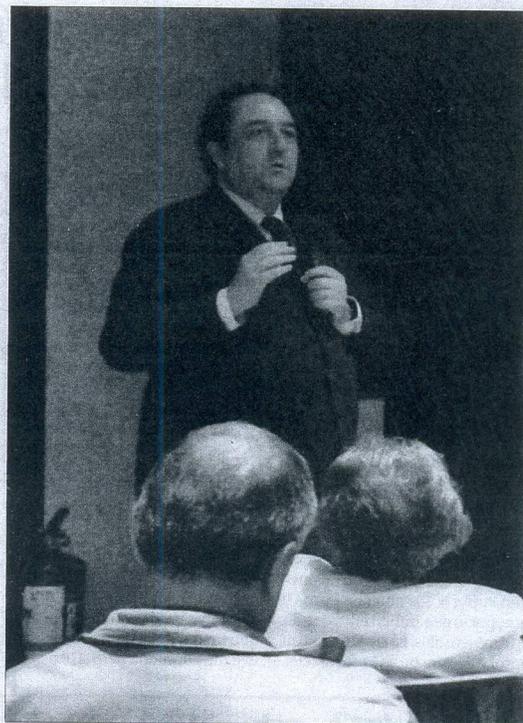
■ **«Frotarse los ojos en**

exceso resulta peligroso, ya que se puede llegar a hacer una deformidad»

■ **Aparte de los gustos estéticos más o menos excéntricos, ¿qué otras prácticas pueden ser perjudiciales para la vista?**

■ Algo tan obvio como mirar fijamente al sol. Curiosamente, hay técnicas de meditación o creencias que instan a ello, sin pensar en el peligro que supone para la vista. Un ejemplo de esto es cuando se alude a supuestas apariciones marianas en un punto donde da directamente el sol. Mirar fijamente en esa dirección, recibiendo toda la radiación solar, puede producir alteraciones severas en la vista, es algo que hay que tener muy en cuenta.

■ **¿Hay también acciones más cotidianas que entrañan algún**



El oftalmólogo Fernando Soler, durante su charla. INFORMACIÓN

**tipo de riesgo para los ojos?**

■ Si, por ejemplo frotar los ojos en exceso; éste es un problema más o menos usual. Si los ojos se frotan de manera esporádica, no hay riesgo alguno; el inconveniente llega cuando eso se hace de forma casi compulsiva. Hay personas muy nerviosas, que están constantemente frotándose los ojos, y eso les puede suponer a la larga un problema, ya que se hace mucha presión sobre el globo ocular, e incluso pueden llegar a provocar deformidades.

■ **¿La exposición excesiva a la pantalla de un ordenador o un televisor entraría también en estas prácticas de riesgo?**

■ En la vida actual, la exposición

a pantallas es inevitable, por lo que uno mismo debe saber cómo controlarse. Se empieza a ver un aumento llamativo de la miopía a edades tempranas, por un exceso de uso de la visión próxima, debido precisamente a la tecnología.

■ **¿Afecta también el hecho de leer sin la luz adecuada?**

■ La iluminación es fundamental, y más aún a medida que nos hacemos mayores. Hay que tener en cuenta aspectos como que, si somos diestros, debe entrarnos luz por el lado izquierdo, para poder leer mejor. Por otra parte, los libros electrónicos y las «tablets» incorporan luz, pero también es adecuada una iluminación externa para poder leer sin problemas.

## Enfermeros que utilizan terapias naturales piden materias específicas en la universidad

► Los colegios profesionales de varias provincias del área mediterránea crean un grupo de trabajo sobre estos cuidados

A. T.

■ Enfermeros de Alicante y otras provincias que emplean terapias naturales en su trabajo han pedido que los planes de estudio incluyan materias específicas sobre estas disciplinas, de forma que los alumnos de Enfermería las puedan conocer, en su caso, utilizarlas también en un futuro. Esta es una de las principales reivindicaciones surgidas de la tercera Jornada Nacional de Enfermería en

LA CLAVE

JORNADA

**Cuidados paliativos y tecnología**

► El Hospital General de Alicante acogerá el próximo sábado las I Jornadas Paliativas 2.0, en cuya organización participa el Consejo de Enfermería de la Comunidad. Gratuitas y abiertas a sanitarios, familiares y cuidadores, pretenden abordar la relación entre cuidados paliativos y tecnología 2.0.

Cuidados Naturales, celebrada hace unos días en Alicante. A ella acudieron profesionales de Valencia, Castellón, Murcia, Baleares, Barcelona y Zaragoza, que acor-

daron además crear un grupo de trabajo sobre estos cuidados.

Su coordinador en Alicante, Miguel Romero, explicó que una de las primeras iniciativas a tomar será la creación de una base de datos de enfermeros que han realizado algún posgrado sobre terapias naturales, que certifique el «respaldo científico» de estas técnicas. Romero recordó que el enfermero es «intermediario entre el paciente y el médico» y que, por tanto, debe conocer si el primero sigue terapias como la acupuntura, la homeopatía, la colorterapia o un tratamiento con alguna planta, entre otras. El grupo de trabajo realizará su próxima reunión el 5 de julio en Murcia.

## Alumnos de Terapia Ocupacional celebran un congreso internacional

A. T.

■ Alumnos del grado universitario de Terapia Ocupacional, junto con profesionales procedentes de España, diversos países europeos e Hispanoamérica participarán en el congreso internacional sobre esta disciplina académica que se celebrará la próxima semana, y en el que el campus de Sant Joan de la Universidad Miguel Hernández (UMH) ejercerá como anfitrión. La cita, que se viene celebrando desde 2010 en distintas ciudades, pretende ser un punto de encuentro entre alumnos de Terapia Ocupacional y profesionales de distintos ámbitos con el objetivo de promocionar esta carrera y sus distintos perfiles laborales. Además, tal y como

**La UMH será la anfitriona en una cita que abordará temas como el trabajo de apoyo a niños y discapacitados**

explican desde la organización, supone una fuente de intercambio entre las experiencias de los participantes llevan a cabo.

El congreso se desarrollará entre los días 14 y 16 de mayo en la Casa de Cultura de Sant Joan d'Alacant, y contará con diversas ponencias y talleres prácticos. En las primeras se hablará, entre otros aspectos, de las salidas laborales de la Terapia Ocupacional y los trabajos en colectivos como los niños y los enfermos de alzhéimer.