

Síndrome visual informático: un problema emergente durante la emergencia sanitaria por COVID-19

 Edwin Gustavo Estrada Araoz¹,  Jimmy Nelson Paricahua Peralta²

^{1, 2} Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios. Departamento de Educación. Av. Jorge Chávez N° 1160, Puerto Maldonado. Madre de Dios, Perú.

Autor para correspondência/Author for correspondence: edwin5721@outlook.com

RESUMEN. La pandemia por COVID-19 ha forzado la virtualización de las actividades que las personas realizaban de manera presencial para cumplir con las disposiciones de aislamiento social obligatorio y evitar que las tasas de contagio se incrementen. Por ello, fue necesario que ellas estén conectadas durante muchas horas a los dispositivos digitales como las computadoras, laptops, tablets y celulares, principalmente, lo cual podría haber ocasionado el síndrome visual informático, afección que impacta en el normal desenvolvimiento de las actividades académicas, laborales, sociales, etc. En ese sentido, consideramos que a pesar que durante la pandemia podría haberse evidenciado con mayor frecuencia, tendría una prevalencia que seguiría siendo significativa en el actual contexto pospandemia.

Palabras clave: síndrome visual informático, pantallas, virtualidad, COVID-19.

Computer vision syndrome: an emerging problem during the COVID-19 health emergency

ABSTRACT. The COVID-19 pandemic has forced the virtualization of the activities that people carried out in person to comply with the mandatory social isolation provisions and prevent infection rates from increasing. Therefore, it was necessary for them to be connected for many hours to digital devices such as computers, laptops, tablets and cell phones, mainly, which could have caused computer vision syndrome, a condition that impacts the normal development of academic activities, labor, social, etc. In this sense, we consider that although during the pandemic it could have been evidenced more frequently, it would have a prevalence that would continue to be significant in the current post-pandemic context.

Keywords: computer vision syndrome, screens, virtuality, COVID-19.

Síndrome da visão do computador: um problema emergente durante a emergência de saúde COVID-19

RESUMO. A pandemia de COVID-19 obrigou à virtualização das atividades que as pessoas realizavam presencialmente para cumprir as disposições de isolamento social obrigatório e evitar o aumento das taxas de infecção. Portanto, era necessário que eles estivessem conectados por muitas horas a dispositivos digitais como computadores, laptops, tablets e celulares, principalmente, o que poderia ter causado a síndrome da visão do computador, condição que impacta o desenvolvimento normal das atividades acadêmicas, laborais, sociais, etc. Nesse sentido, consideramos que embora durante a pandemia pudesse ter sido evidenciado com maior frequência, teria uma prevalência que continuaria a ser significativa no atual contexto pós-pandemia.

Palavras-chave: síndrome da visão do computador, telas, virtualidade, COVID-19.

Estimado Editor

Durante los últimos años, las tecnologías de la información y comunicación (TIC) se han universalizado y extendido por todo el mundo; por lo tanto, el comportamiento digital ha cambiado drásticamente los estilos de vida de las personas (Iqbal et al., 2021). En la actualidad dicha situación se volvió más evidente, pues, como se sabe, desde el año 2020, la pandemia de COVID-19 ha provocado serias repercusiones en el ámbito económico, sanitario, comercial, social, cultural, educativo, laboral, etc., lo cual cambió la forma de desenvolvernarnos (Lizcano y Arroyave, 2020).

En ese sentido, uno de los aspectos más relevantes que se puede destacar durante la emergencia sanitaria es la virtualización forzada a la cual la sociedad se tuvo que adaptar para cumplir con las disposiciones de aislamiento social obligatorio y evitar que las tasas de contagio se incrementen (Estrada, 2021). Por ello, fue necesario que las personas estén conectadas durante muchas horas a los dispositivos digitales como las computadoras, laptops y tablets, principalmente, para realizar sus actividades cotidianas (estudiar, trabajar, socializar, etc.). Dicha exposición prolongada a las pantallas suele provocar una serie de problemas como padecimientos dermatológicos, trastornos músculo-esqueléticos y síntomas visuales (Fernández et al., 2021; Artime et al., 2019), de los cuales abordaremos el síndrome visual informático (SVI).

Diversas investigaciones relacionan al SVI con la continua exposición de las personas a las pantallas, lo que puede aumentar las molestias visuales y oculares (Custodio, 2021), siendo las más importantes el cansancio o fatiga visual, malestar ocular, dolor de cabeza, sensación de ojo seco, visión borrosa de cerca y lejos, irritación ocular y diplopía (Silva et al., 2021). Además, los periodos de descanso, la iluminación, los reflejos de la pantalla, las posturas y distancias hacia los dispositivos y ciertas condiciones de temperatura y humedad pueden aumentar dicha sintomatología (Sánchez et al., 2020). En virtud a lo expuesto, la presencia del SVI en las personas no solo podría afectar su bienestar y calidad de vida, sino que podría disminuir su desempeño en el contexto en el que se desenvuelven.

Antes del a pandemia de COVID-19, el SVI fue muy poco estudiado, siendo el aspecto más investigado su prevalencia, la cual es en promedio superior al 70%, tanto en estudiantes y trabajadores (Dávila et al., 2021). Por ello, resulta menester profundizar sobre este tópico y aspectos poco explorados, como su diagnóstico, intervención y medicación. Del mismo modo, sería importante que las personas que se encuentran en constante exposición a las pantallas (especialmente estudiantes y trabajadores) apliquen estrategias preventivas, como la regla 20-

20-20, la cual consiste en apartar la mirada de los dispositivos digitales cada 20 minutos, durante 20 segundos enfocando a una distancia de 20 pies (6 metros aproximadamente). Por otro lado, resulta imperativo el uso de asientos ergonómicos, utilizar pantallas antirreflejos y ajustar del brillo de la misma (Abudawood et al., 2020).

Referencias

Abudawood, G., Ashi, H., & Almarzouki, N. (2020). Computer vision syndrome among undergraduate medical students in King Abdulaziz University, Jeddah, Saudi Arabia. *Journal of Ophthalmology*, 2020, 2789376. <https://doi.org/10.1155/2020/2789376>

Artime, E., Sánchez, F., Suárez, A., Iglesias, F., & Seguí, M. (2019). Prediction of computer vision syndrome in health personnel by means of genetic algorithms and binary regression trees. *Sensors*, 19(12), 2800. <https://doi.org/10.3390/s19122800>

Custodio, K. (2021). Trascendencia del síndrome visual informático por exposición prolongada a dispositivos electrónicos. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 21(2), 463-464. <https://dx.doi.org/10.25176/rfmh.v21i2.3611>

Dávila, R., Agüero, E., Portillo, H., Velarde, L., Guillén, F., Ruiz, J., & Portillo, S. (2021). COVID-19 inductor del síndrome visual informático y sus afectaciones a las personas. *Boletín de Malariología y Salud Ambiental*, 61(3), 401-408. <http://iaes.edu.ve/iaespro/ojs/index.php/bmsa/article/view/335>

Estrada, E. (2021). Agotamiento emocional en estudiantes universitarios peruanos durante la pandemia de COVID-19. *Revista Tempos e Espaços em Educação*, 14(33), e16542. <https://doi.org/10.20952/revtee.v14i33.16542>

Fernández, D., Soriano, A., Gálvez, T., Agui, N., Soriano, D., & Benites, V. (2021). Síndrome visual informático en estudiantes universitarios de posgrado de una universidad privada de Lima, Perú. *Archivos de la Sociedad Española de Oftalmología*, 96(10), 515-520. <https://doi.org/10.1016/j.oftal.2020.12.003>

Iqbal, M., Said, O., Ibrahim, O., & Soliman, A. (2021). Visual sequelae of computer vision syndrome: a cross-sectional case-control study. *Journal of Ophthalmology*, 2021, 6630286. <https://doi.org/10.1155/2021/6630286>

Lizcano, F., & Arroyave, F. (2020). El ambiente, los desplazamientos y el riesgo cardiovascular en la pandemia por COVID-19. *Revista Colombiana de Cardiología*, 27(3), 160-165. <https://doi.org/10.1016/j.rccar.2020.05.001>

Sánchez, M., Domenech, B., Brocal, F., Quesada, J., & Seguí, M. (2020). Prevalence of computer vision syndrome and its relationship with ergonomic and individual factors in presbyopic VDT workers using progressive addition lenses. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(3), 1003. <https://doi.org/10.3390/ijerph17031003>

Silva, D., Montenegro, G., Gómez, N., & Giraldo, E. (2021). Síndrome visual informático en trabajadores que usan computador. *Revista Colombiana de Salud Ocupacional*, 11(1), e7237. <https://doi.org/10.18041/2322-634X/rcso.1.2021.7237>

Información de la Carta al Editor / Letter Information

Recibido en: 05/06/2022
Aceptado en: 25/06/2022
Publicado en: 03/07/2022

Received on June 05th, 2022
Accepted on June 25th, 2022
Published on July, 03th, 2022

Contribuciones en la Carta al Editor: Edwin Gustavo Estrada Araoz: Fue responsable de la concepción, el diseño de la investigación la redacción y la revisión final del manuscrito. Jimmy Nelson Paricahua Peralta: Contribuyó con la redacción, análisis y revisión final del manuscrito, e; aprobación de la versión final publicada.

Author Contributions: The author were responsible for the designing, delineating, analyzing and interpreting the data, production of the manuscript, critical revision of the content and approval of the final version published.

Conflictos de intereses: Los autores de la carta al editor "Síndrome visual informático: un problema emergente durante la emergencia sanitaria por COVID-19" declaramos no tener conflicto de intereses.

Conflict of Interest: None reported.

Evaluación de la Carta al Editor

Artículo revisado por pares.

Letter Peer Review

Double review.

Agencia de Desarrollo

Ninguna.

Funding

No funding.

Cómo citar esta Carta al Editor / How to cite this Letter

APA

Estrada Araoz, E. G., & Paricahua Peralta, J. N. (2022). Síndrome visual informático: un problema emergente durante la emergencia sanitaria por COVID-19. *Rev. Bras. Educ. Camp.*, 7, e14516. <http://dx.doi.org/10.20873/uft.rbec.e14516>

ABNT

ESTRADA ARAOZ, E. G.; PARICAHUA PERALTA, J. N. Síndrome visual informático: un problema emergente durante la emergencia sanitaria por COVID-19. *Rev. Bras. Educ. Camp.*, Tocantinópolis, v. 7, e14516, 2022. <http://dx.doi.org/10.20873/uft.rbec.e14516>