



Ministerio de Salud
Dirección General de Salud Ambiental
Dirección Ejecutiva de Salud Ocupacional



RIESGO DE FATIGA VISUAL EN AMBIENTES DE OFICINA

Médico: Juan Ligarda Castro
Lima, noviembre del 2005

RIESGO DE FATIGA VISUAL

- **Riesgo de Fatiga Visual**, debido a la insuficiente calidad de iluminación, ya sea iluminación general, localizada y la emitida por las PVD.
- La fatiga visual viene provocada por los siguientes factores a tener en cuenta:
 - Nivel de iluminación del punto de trabajo.
 - Reflejos en la pantalla
 - Falta de nitidez en los caracteres de la pantalla
 - Alta temperatura ambiental
 - Humedad relativa alta o baja
 - Velocidad del aire
 - Efectos de los contrastes fuertes sobre la retina
 - Falta de calidad en la presentación de la información en la pantalla.
 - Contraste (relación entre la luz emitida por dos superficies) entre los objetos a manipular y el entorno
 - Disposición de las luminarias

RIESGO DE FATIGA VISUAL

- La sintomatología común de los usuarios de PVD son: Ojos cansados, lagrimeo ocular u ojos húmedos, visión borrosa, doble visión, irritación ocular, dolores de cabeza, ojos secos, escozor en ojos, enrojecimiento ocular y dificultades de enfoque de la vista.
- Los síntomas de la fatiga visual se dan a tres niveles:

Molestias oculares: Sensación de «sentir los ojos», tensión ocular, pesadez palpebral, pesadez de ojos, picores, quemazón. lagrimeo, ojos llorosos, escozor ocular, aumento del parpadeo, ojos secos, enrojecimiento de la conjuntiva.

Trastornos visuales: Borrosidad de los caracteres que se tienen que percibir en la pantalla, dificultad para enfocar los objetos, imágenes desenfocadas o dobles, fotofobia (sensibilidad a la luz), astenopía (ojos cansados).

Trastornos extraoculares: Cefaleas frontales, occipitales, temporales y oculares que no son intensas, vértigos o mareos, sensación de desasosiego y ansiedad, molestias en la nuca y en la columna vertebral (por distancia excesiva del ojo al texto que se debe leer), adopción inconsciente de una postura determinada para evitar los reflejos.

RIESGO DE FATIGA VISUAL EN AMBIENTES DE OFICINA

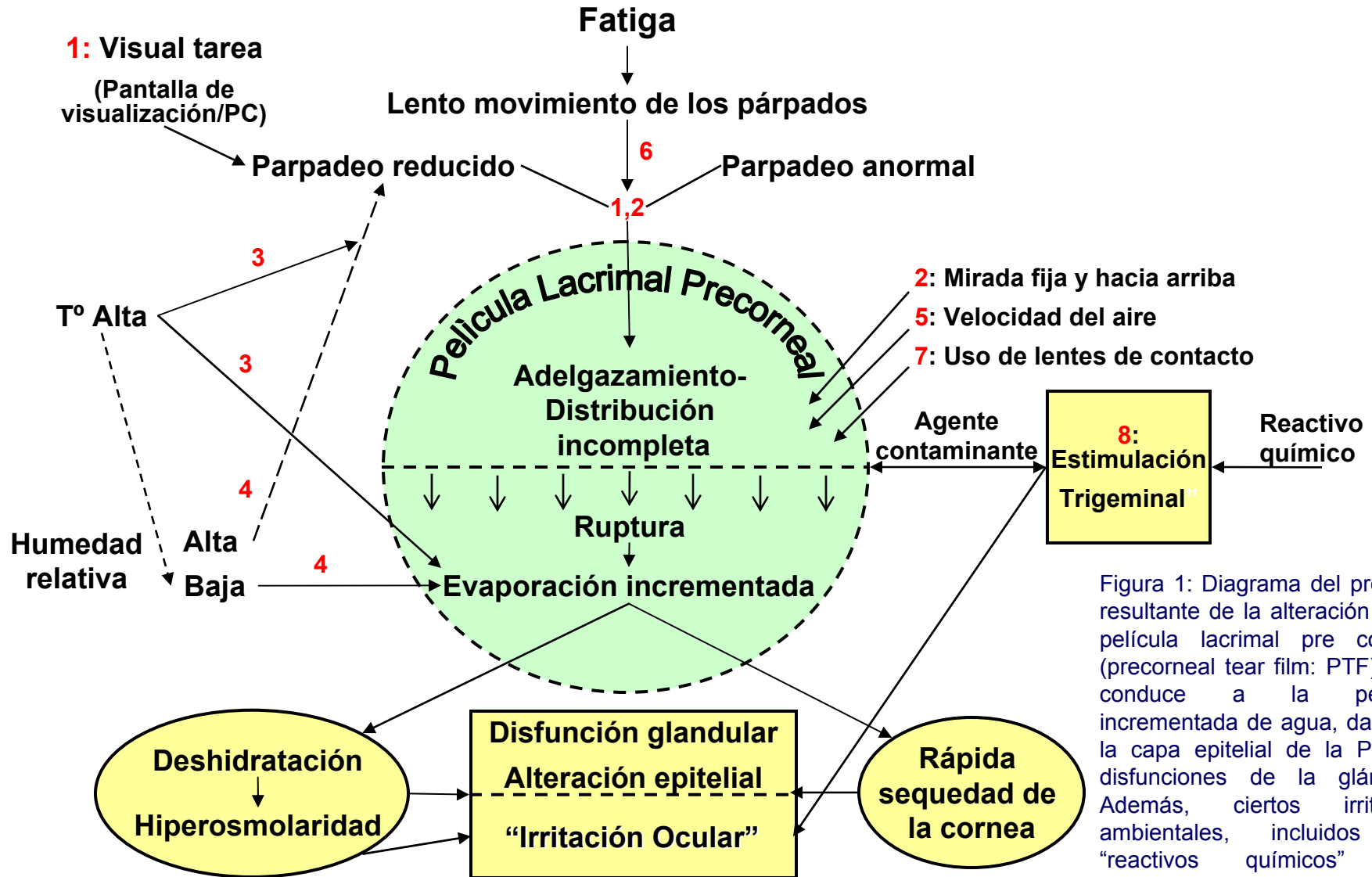
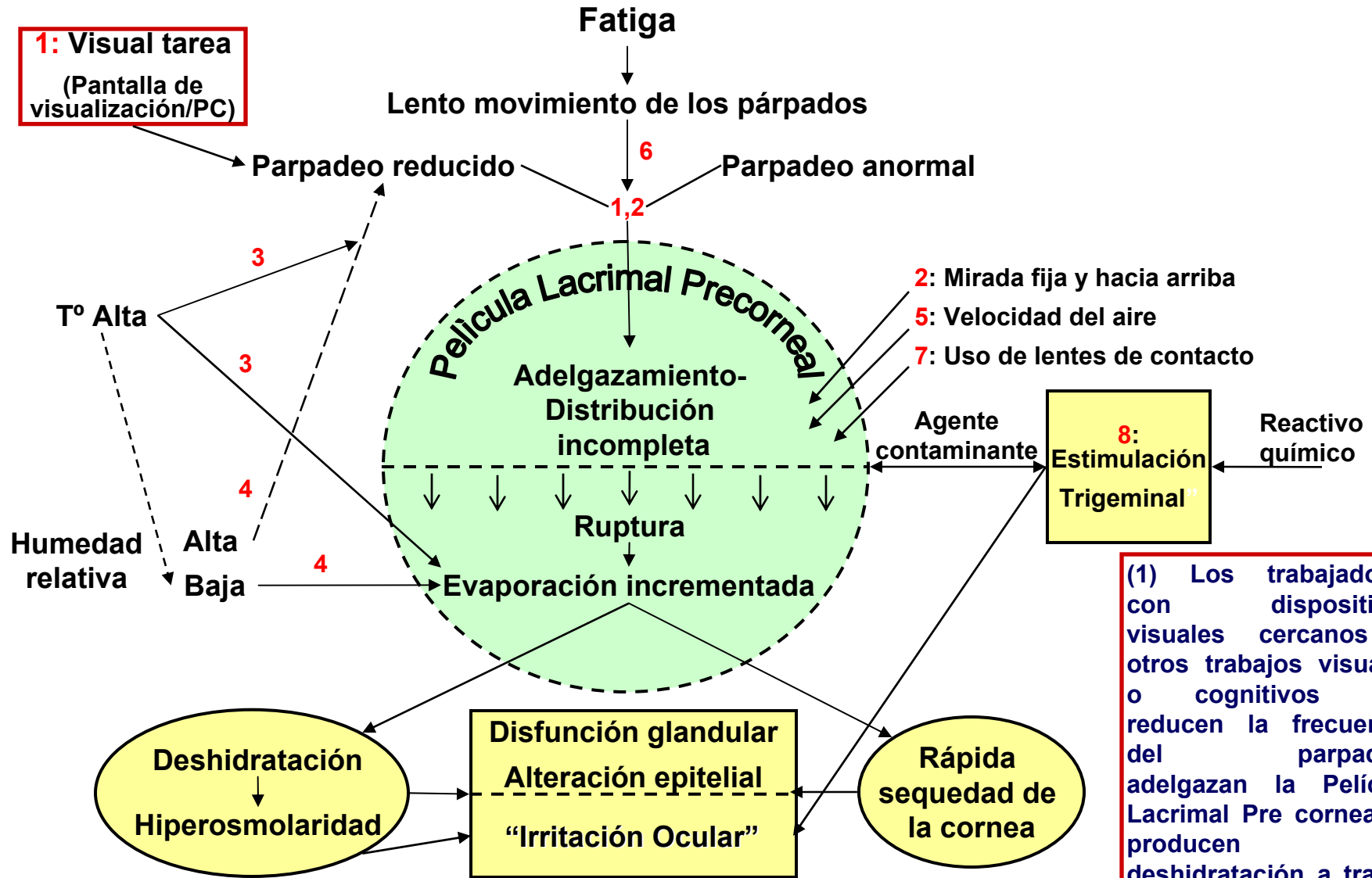


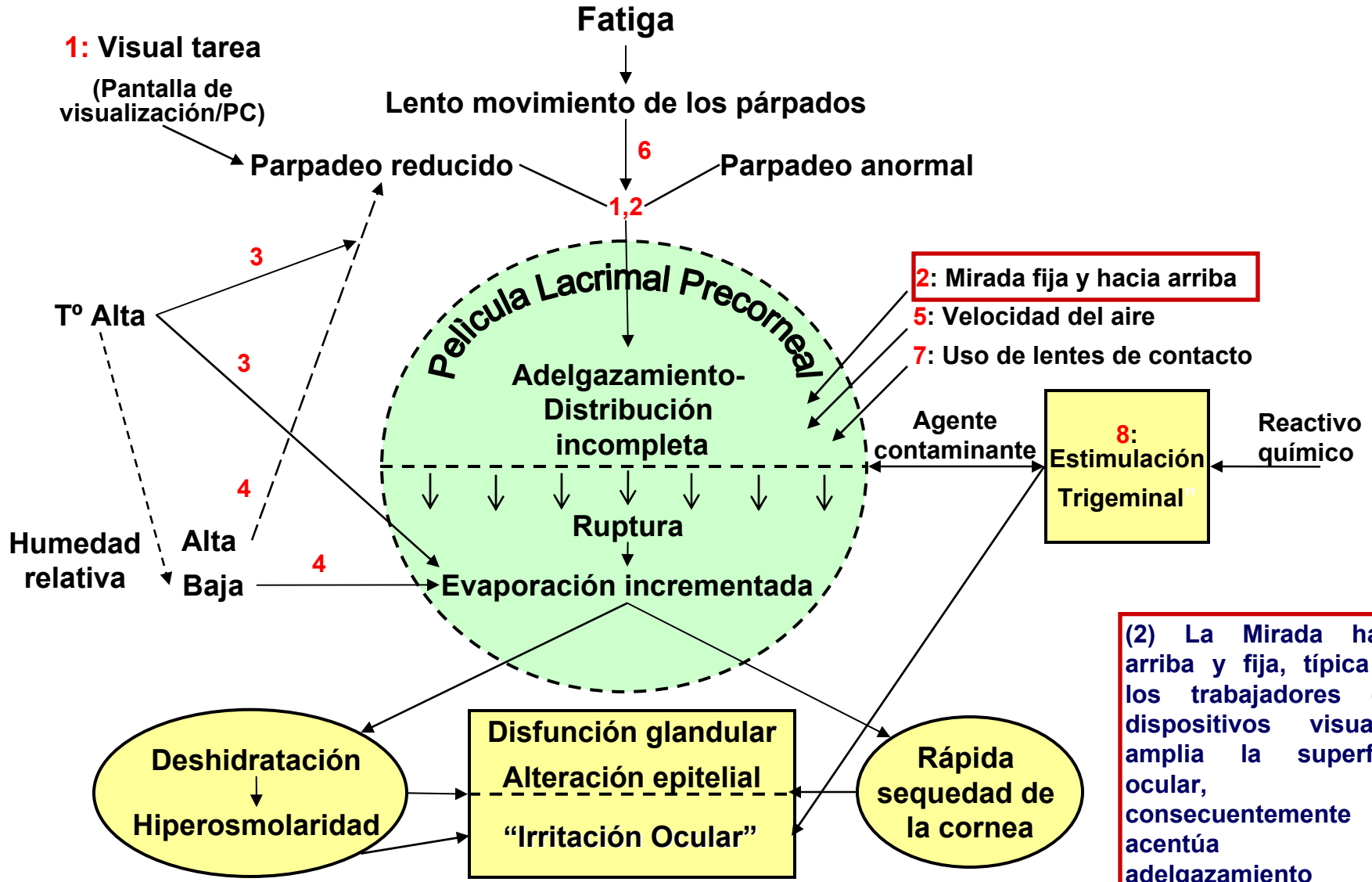
Figura 1: Diagrama del proceso resultante de la alteración de la película lacrimal pre corneal (precorneal tear film: PTF), que conduce a la pérdida incrementada de agua, daño de la capa epitelial de la PTF, y disfunciones de la glándula. Además, ciertos irritantes ambientales, incluidos los "reactivos químicos" (por ejemplo, productos de oxidación) pueden estimular el trigémino externo.

RIESGO DE FATIGA VISUAL EN AMBIENTES DE OFICINA



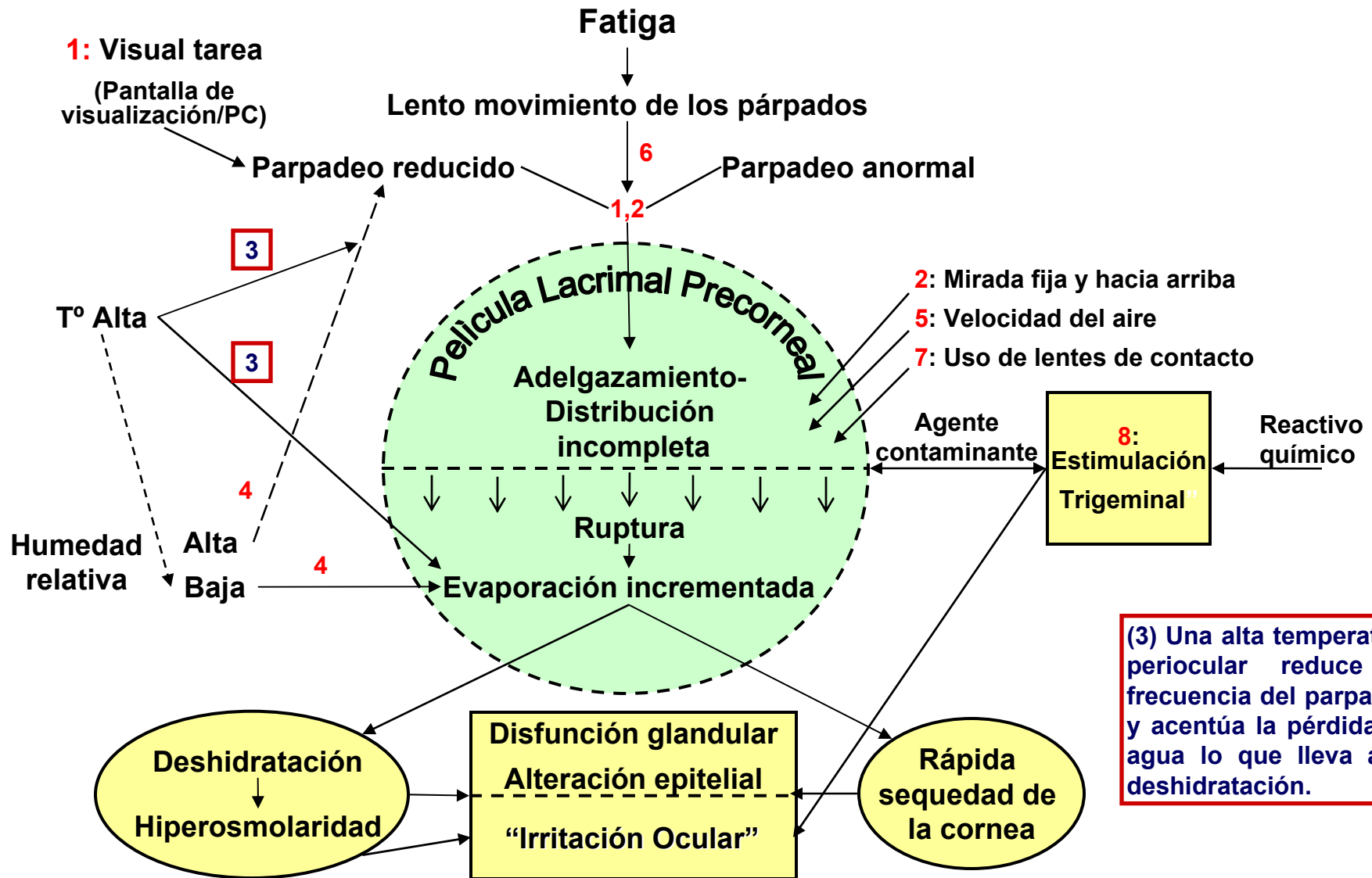
(1) Los trabajadores con dispositivos visuales cercanos o otros trabajos visuales o cognitivos que reducen la frecuencia del parpadeo, adelgazan la Película Lacrimal Pre corneal, y producen deshidratación a través de un desequilibrio por perdida de agua.

RIESGO DE FATIGA VISUAL EN AMBIENTES DE OFICINA

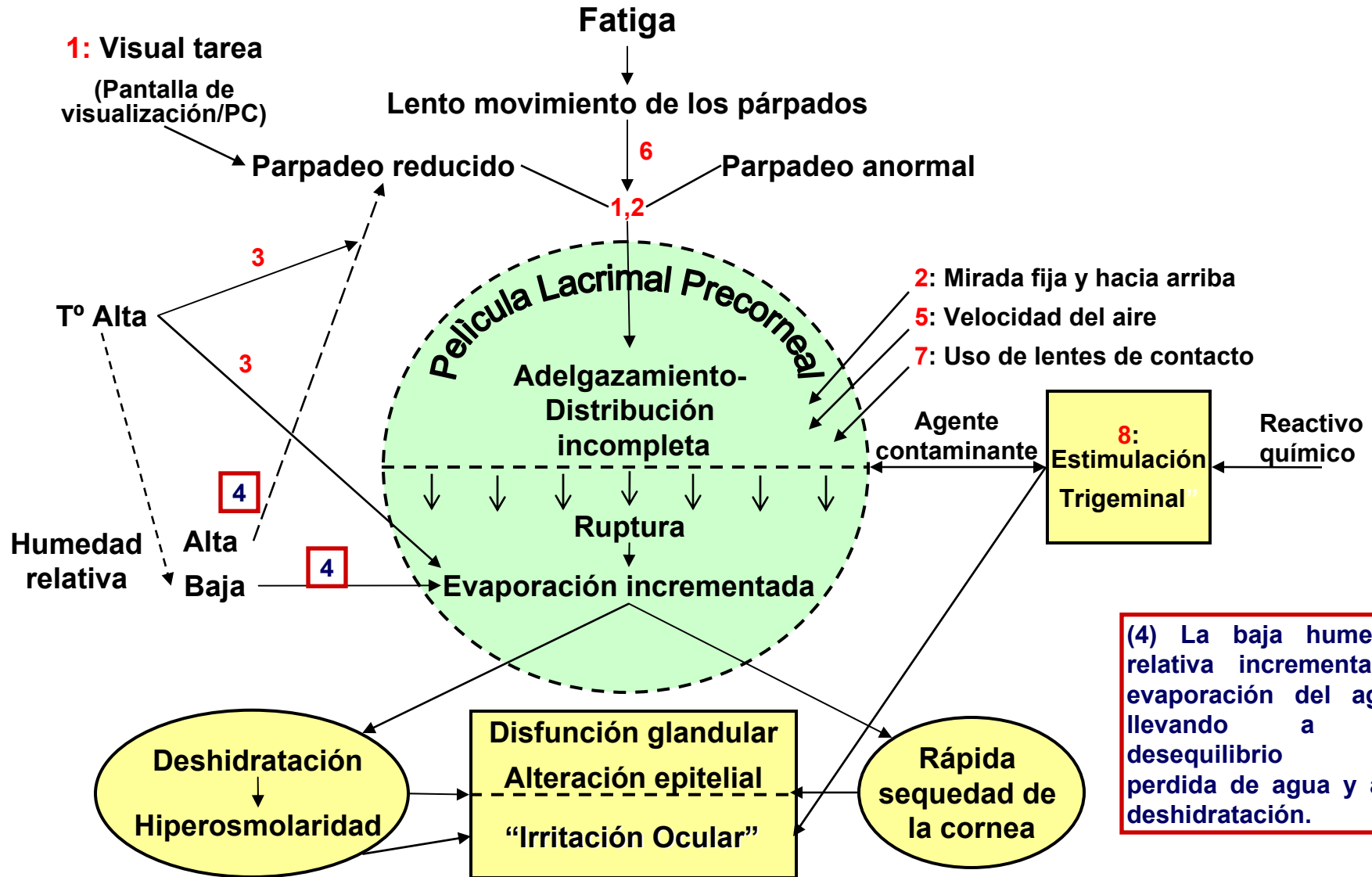


(2) La Mirada hacia arriba y fija, típica de los trabajadores con dispositivos visuales, amplía la superficie ocular, consecuentemente se acentúa el adelgazamiento y pérdida de agua.

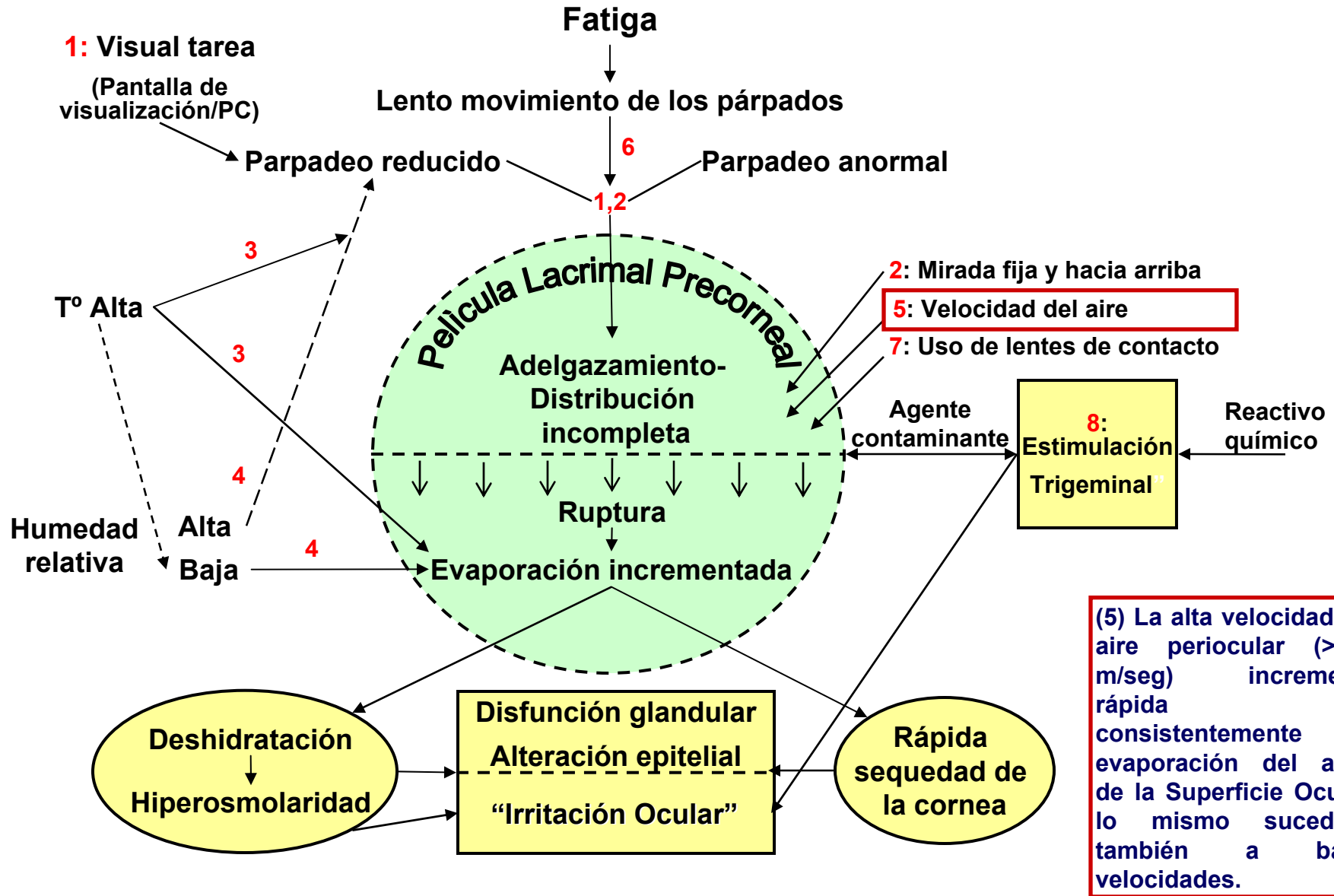
RIESGO DE FATIGA VISUAL EN AMBIENTES DE OFICINA



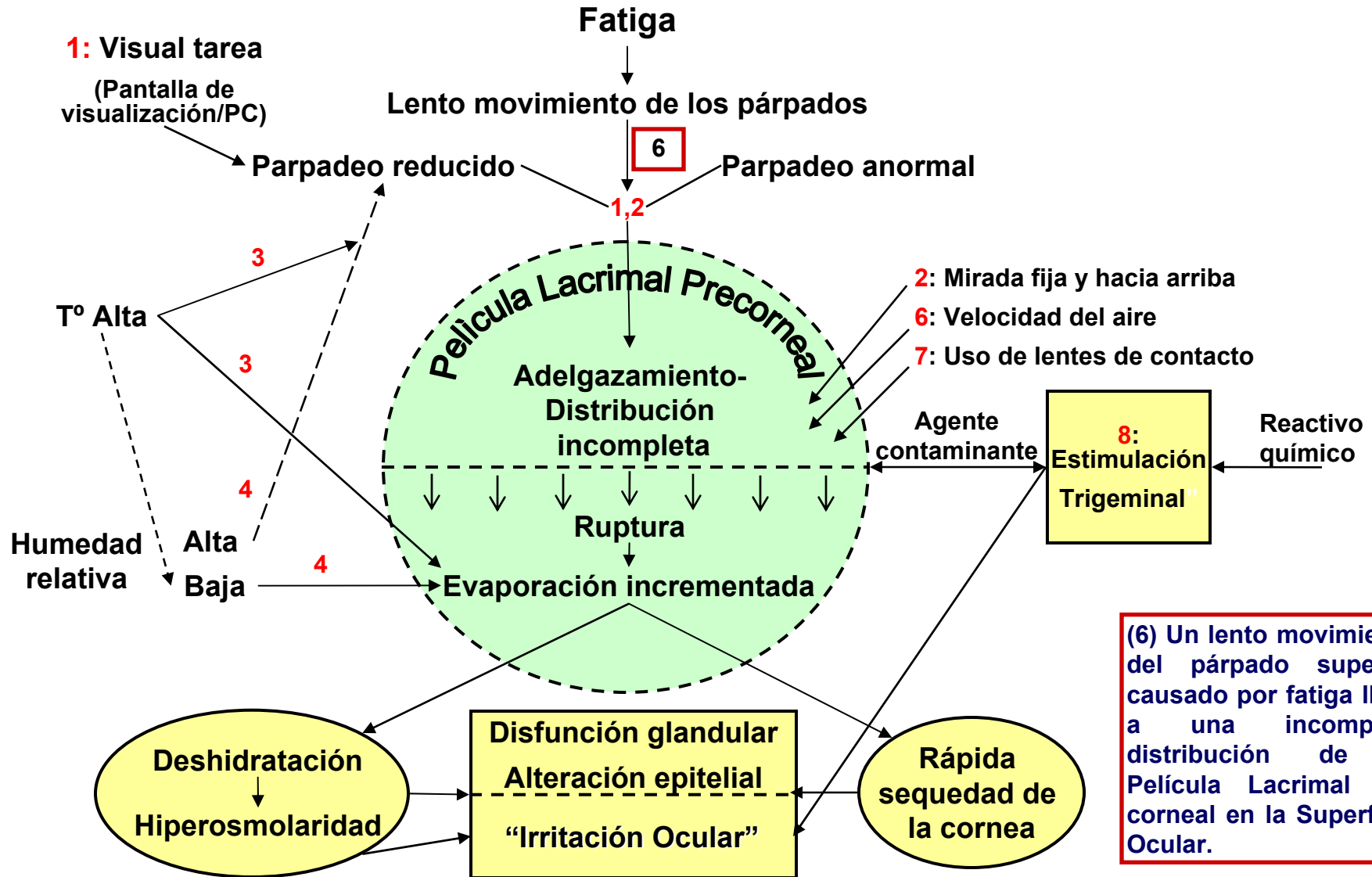
RIESGO DE FATIGA VISUAL EN AMBIENTES DE OFICINA



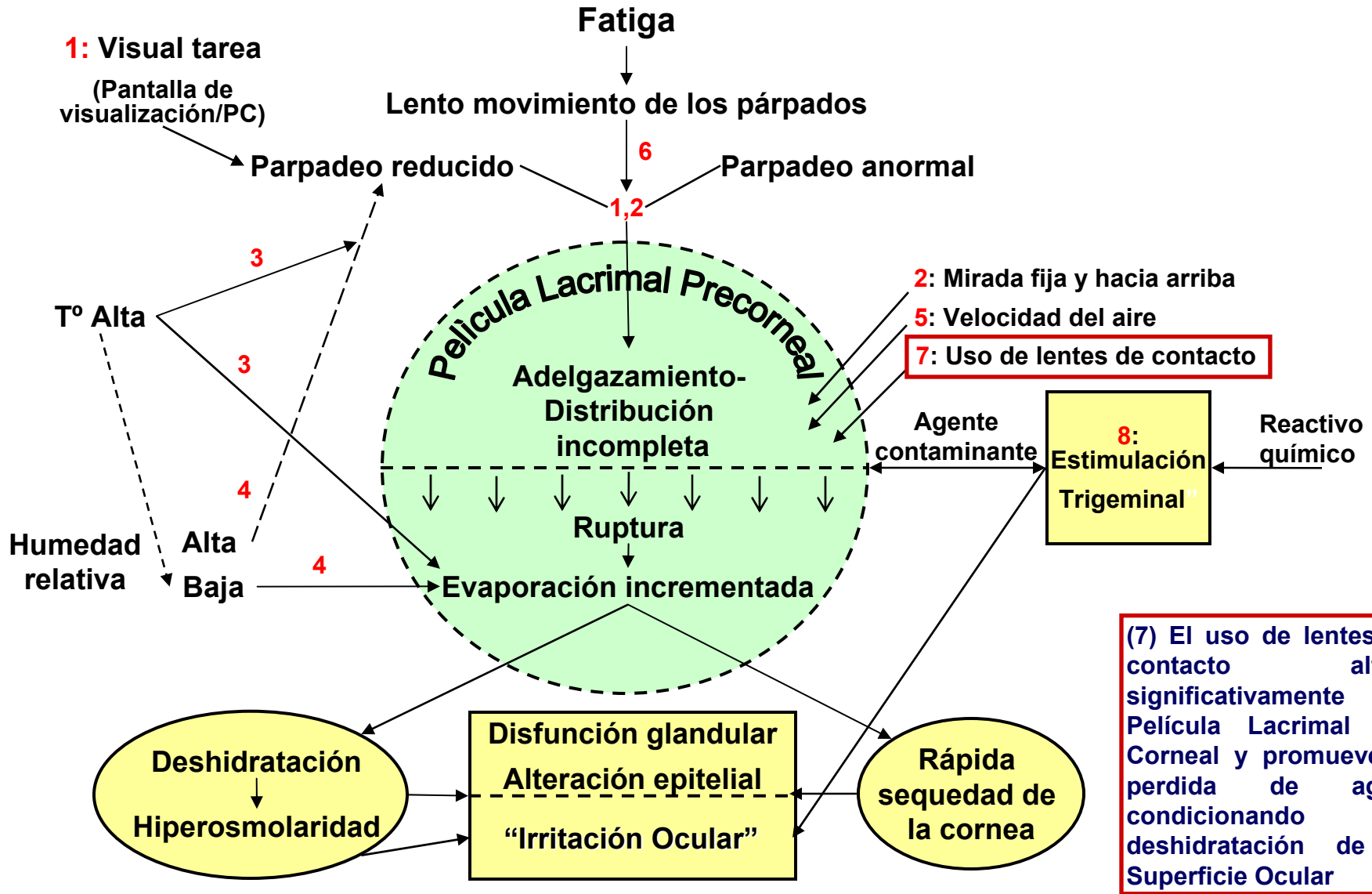
RIESGO DE FATIGA VISUAL EN AMBIENTES DE OFICINA



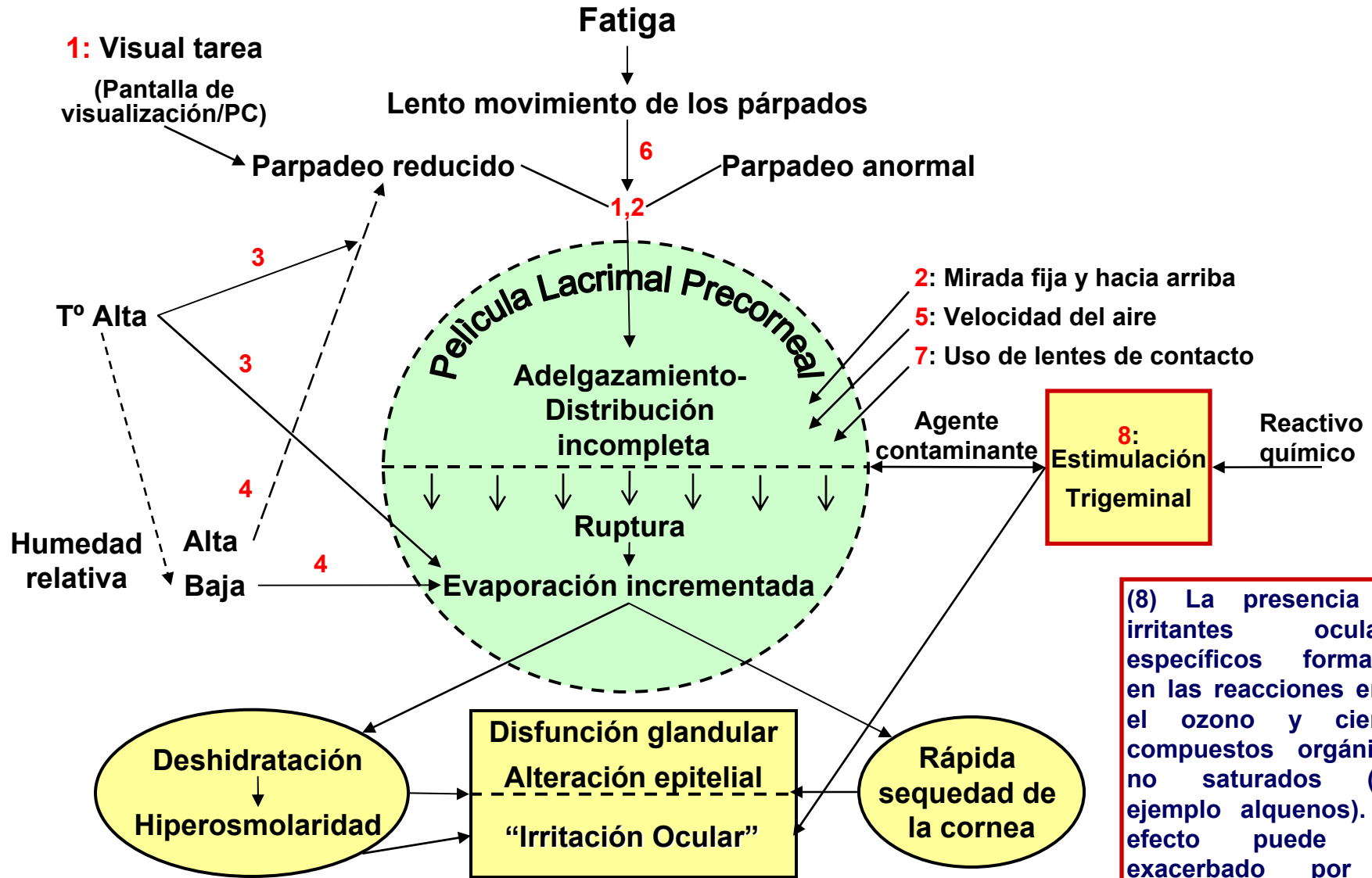
RIESGO DE FATIGA VISUAL EN AMBIENTES DE OFICINA



RIESGO DE FATIGA VISUAL EN AMBIENTES DE OFICINA



RIESGO DE FATIGA VISUAL EN AMBIENTES DE OFICINA



(8) La presencia de irritantes oculares específicos formados en las reacciones entre el ozono y ciertos compuestos orgánicos no saturados (Por ejemplo alquenos). Su efecto puede ser exacerbado por la alteración de la Película Lacrimal Pre corneal.

Muchas gracias

Consultas

- ⇒ juanligarda@yahoo.es
- ⇒ jligarda@digesa.minsa.gob.pe
- ⇒ jligarda@gmail.com



Referencia Bibliografica

Wolkoff, Nøjgaard, Troiano, et al. Eye complaints in the office environment: precorneal tear film integrity influenced by eye blinking efficiency. 2005;62;4-12 Occup. Environ. Med.