

EL 18% DE LOS AFICIONADOS AL DEPORTE CREE QUE LA VISIÓN AFECTA A SU RENDIMIENTO DEPORTIVO

La edad y la falta de luz son los dos factores que más perjudican, y el hecho de llevar gafas o lentillas es lo que más molesta, según una encuesta del Instituto de Microcirugía Ocular

El IMO edita una guía que recoge las principales habilidades visuales para el deporte y destaca la importancia de cuidar la salud ocular y proteger los ojos en este ámbito

Barcelona, 7 de mayo de 2013./ Un 18% de las personas que practican deporte de forma habitual cree que su estado visual afecta, en mayor o menor medida, a su práctica deportiva, según una encuesta realizada por el Instituto de Microcirugía Ocular ([IMO](#)) entre 500 personas, un 90% de las cuales es aficionada al deporte. La mayoría aduce dificultades para ver nítidamente la pelota, principalmente a causa de la edad o de la falta de iluminación. Otros entrevistados consideran un hándicap el hecho de tener que practicar una determinada disciplina utilizando gafas graduadas o lentillas, de las cuales preferirían prescindir.

Por otro lado, solo un 26% afirma proteger sus ojos mientras hace deporte y, en general, dicha protección se reduce, sobre todo, al uso de gafas de sol. La utilización de gafas deportivas, ligeras e irrompibles, que salvaguardan los ojos de posibles contusiones o pelotazos es una costumbre poco extendida en nuestro país, pese a ser muy recomendable. De hecho, una de las personas entrevistadas afirma haber tenido problemas oculares serios al haber recibido un pelotazo mientras practicaba deporte.

Por último, la mayoría de los encuestados dicen haber visitado alguna vez al oftalmólogo (77%), principalmente por una revisión rutinaria (57%) o relacionada con graduación o problemas refractivos (19%). Un 8% afirma haber ido por algún otro problema ocular, como conjuntivitis, accidente o lesión o presión intraocular alta, y otro 6% al notar algún síntoma, como disminución de visión, visión borrosa, dolores de cabeza o dificultades para leer.

La encuesta se realizó entre 500 personas durante el Open Banc Sabadell '61 Torneo Conde de Godó, que se celebró a finales del pasado mes de abril en Barcelona. El 42% de los entrevistados tenía entre 20 y 40 años y el 90% afirmó practicar habitualmente una o más disciplinas deportivas, destacando el tenis (49%), el fútbol (11%), el pádel (7%) o el esquí (5%).

Visión deportiva

Además de responder a la encuesta, estas 500 personas pudieron poner a prueba su “visión deportiva” mediante una serie de pruebas con las que optometristas del IMO midieron parámetros visuales muy relacionados con el deporte, como la agudeza visual dinámica, la visión periférica, la motilidad ocular, o la visión en 3D, entre otros. Según Maite Sisquella, optometrista del Instituto, “en general la agudeza y habilidades visuales de los asistentes, en su mayoría deportistas, es buena, a excepción, en bastantes casos, de la acomodación –

capacidad de cambiar de enfoque con rapidez y eficacia– y de la visión de los colores, alterada en un número considerable de hombres”.

Según la optometrista, “tener una buena visión es importante para mejorar el rendimiento deportivo y para evitar riesgos, como caídas o lesiones. Además, es importante proteger los ojos de posibles contusiones, pelotazos o bien de los efectos de la radiación solar, del cloro o del agua del mar y la arena de la playa”.

Utilizar gafas protectoras, así como gafas de sol, lentes de contacto que faciliten la oxigenación de la córnea o evitarlas totalmente en deportes acuáticos, son algunos consejos que el IMO ofrece para la práctica deportiva y que están recogidos en una guía acabada de editar con el nombre *Visión de juego* (descargable en www.imo.es).

El Instituto de Microcirugía Ocular (IMO) es el centro español de referencia internacional en el ámbito de la oftalmología. Desde hace más de 25 años, ofrece tratamientos pioneros para cualquier problema relacionado con la visión, gracias a un equipo médico altamente especializado y a la tecnología más avanzada. En 2009 se trasladó a su nueva sede, que cuenta con 70 consultas y 9 quirófanos, donde anualmente se realizan cerca de 65.000 visitas y 8.000 intervenciones de microcirugía ocular sin ingreso.