

PONER A PUNTO LA VISIÓN ANTES DE COGER EL COCHE

IMO recomienda intensificar las revisiones oculares antes de salir a la carretera, donde influyen habilidades como la agudeza visual, la percepción en 3D y la sensibilidad al contraste

La DMAE, el glaucoma y las cataratas son patologías que afectan especialmente a conductores de edad avanzada, colectivo con mayor riesgo de accidentes al volante

Barcelona, 26 de marzo de 2018/. Los especialistas del Instituto de Microcirugía Ocular ([IMO](#)) advierten que la salud ocular es un componente indispensable para la seguridad vial que muchas veces no se atiende lo suficiente. “Los conductores no deben esperar a la revisión médica del carnet cada 10 años para saber si su visión es apta o no para circular”, destaca la optometrista [Laura González](#), quien recomienda controles anuales para detectar cualquier limitación visual al volante.

Así lo corrobora el hecho de que, según el informe [“Estado de la visión de los conductores en España”](#) (2017), alrededor de 7 millones de personas que conducen en este país tiene problemas de visión. Como explica Laura Gonzalez, “estos no necesariamente tienen que estar relacionados con el uso de gafas, ya que hay diferentes habilidades visuales y patologías que influyen en la conducción y que solo se suelen explorar a fondo en el oftalmólogo”. Por ello, del mismo modo que en la ITV del vehículo se chequean los frenos, los neumáticos, las luces etc., también es importante someterse a revisiones oculares completas.

Habilidades visuales al volante ([ver vídeo](#))

La agudeza visual –grado de detalle que el ojo es capaz de discernir con nitidez– es una habilidad básica y resulta fundamental en la carretera para poder visualizar a tiempo y tener reflejos rápidos, así como calcular distancias con precisión. A la hora de apreciar estas distancias, también juega un papel importante otra capacidad clave como es la estereopsis –percepción en tres dimensiones–, que puede verse afectada en personas que han perdido la visión de un ojo o que ven doble debido a patologías como el [estrabismo](#). En este sentido, hay ciertos tipos de desviación ocular (estrabismos latentes) que habitualmente pasan desapercibidos y que pueden descompensarse y evidenciarse en la conducción: se manifiestan al mirar al horizonte y no fijar la vista en nada en concreto, sobre todo al final del día, cuando los músculos oculares acusan el esfuerzo de la jornada y son incapaces de mantener los ojos alineados. “Esto explica que algunas personas vean dobles las líneas de la calzada si están cansadas”, aclara Laura González.

Patologías relacionadas con la edad

Estas líneas pueden verse torcidas en pacientes con degeneración macular asociada a la edad ([DMAE](#)), que también puede alterar la estimación de las distancias y se caracteriza por una pérdida de visión central. Al contrario ocurre en el [glaucoma](#), que provoca una reducción progresiva del campo visual, empezando generalmente por la visión periférica. Dado que los pacientes no suelen notar esta “zona ciega” lateral, supone un grave riesgo para la seguridad vial.

Tanto la DMAE como el glaucoma son patologías comunes en la madurez que deben ser tenidas en cuenta ya que, acorde con datos de la DGT, un 12% de los conductores en España son mayores de 65 años, franja que sufre el mayor número de accidentes al volante. Asimismo, otra enfermedad ligada al envejecimiento y que obstaculiza el manejo al volante es la [catarata](#): “Hay personas que comienzan a notarla porque tienen dificultades para conducir de noche y durante el día les molesta más la luz, signos típicos de la catarata”.

Atención a la conducción nocturna

Sin embargo, los especialistas alertan que no solo los mayores deben extremar las precauciones al volante, sino que todos los conductores –y especialmente los que presentan esta u otras enfermedades oculares ([ver vídeo](#))– deben ir con ‘ojo’ frente a la mala visión nocturna y los deslumbramientos, dos importantes causas de accidentes.

Respecto a la mala visión nocturna, la optometrista de IMO explica que “en situaciones de poca luminosidad se pierde sensibilidad al contraste, por lo que resulta más difícil distinguir los diferentes elementos en la carretera y debe extremarse la precaución”. Además, añade que cuando viajamos de noche “aumenta el riesgo de fatiga visual, ya que la exigencia para nuestros ojos es mayor”. Para evitarlo, es necesario hacer descansos mínimo cada 2 horas y detener el trayecto enseguida que notemos los ojos cansados, “porque si nos falla la vista, también fallan nuestros reflejos”.

No olvides el uso de gafas

Durante la conducción diurna, también hay que prestar atención a los deslumbramientos, sobre todo en esta época del año. En primavera, en horas clave por la mañana y por la tarde, el sol está muy bajo y nos incide directamente de frente, molestándonos a la visión e impidiendo una conducción cómoda y segura. “Las gafas de sol son imprescindibles”, asegura Laura González, quien aconseja utilizar lentes con filtros polarizados para reducir los reflejos.

Una última recomendación que ofrece la optometrista de cara a las personas que habitualmente llevan corrección óptica –casi la mitad de la población a partir de los 45 años, según el estudio entre conductores–, es “evitar la costumbre de guardar las gafas antiguas en el coche y usar siempre la graduación adecuada para conducir en plenas facultades visuales”. Una visita optométrica y oftalmológica antes de ir de ruta por Semana Santa permitirá asegurarlo.