

INFORMACIÓN PARA POBLACIÓN

Eclipse solar Y PROTECCIÓN OCULAR

Introducción

El próximo **12 de agosto de 2026** se podrá ver un **eclipse solar total** en España, especialmente en la mitad norte, en el resto del país, será parcial.

Ocurrirá al atardecer, cuando el sol está bajo y aunque la luz parezca débil, la radiación sigue siendo peligrosa para los ojos.

Aunque en algunas zonas el eclipse sea parcial, es muy importante mantener la misma protección de la vista si se quiere hacer una observación directa.

Gafas de sol vs. gafas para observar un eclipse solar



Gafas de sol convencionales

Aunque sean oscuras, dejan pasar radiación peligrosa y, por lo tanto, no protegen lo suficiente.

Oscuro no significa seguro.



Gafas para observar un eclipse solar

Son las únicas seguras para mirar al sol directamente ya que reducen la radiación solar directa unas 100.000 veces.

Deben estar homologadas, es decir, cumplir con la norma ISO 12312-2:2015 y presentar el denominado marcado CE.



¿Qué puede pasar si se mira al sol directamente?

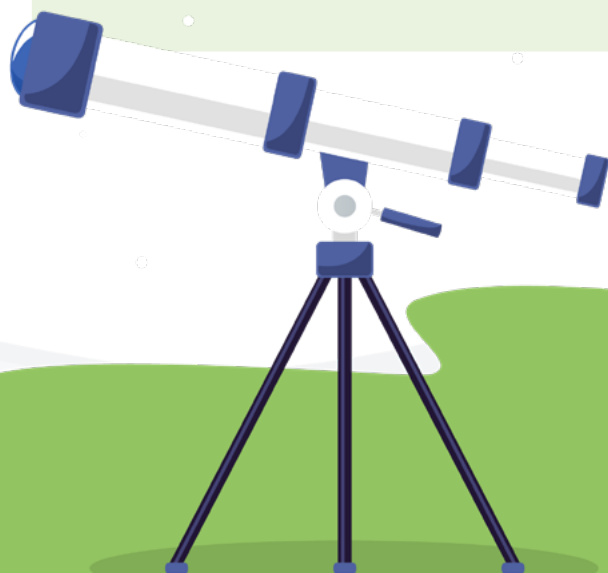
Mirar el sol sin protección o sin la protección adecuada puede dañar la retina y provocar lo que se denomina una retinopatía solar. Sus síntomas pueden aparecer horas o días después de la exposición e, incluso, puede llegar a ser permanente.

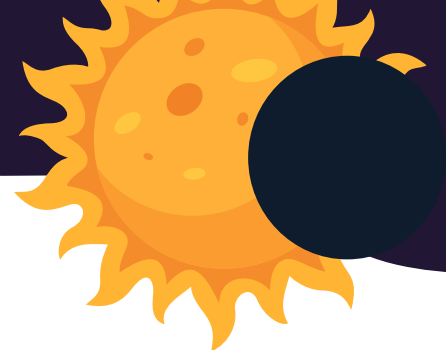
Retinopatía solar – síntomas:

- Visión borrosa
- Mancha en el centro de la visión
- Cambios en los colores
- Pérdida de visión

¿Por qué es más peligroso mirar al sol durante un eclipse?

Porque hay menos luz, el sol no deslumbra tanto y la pupila se dilata. Como la luminosidad es baja se puede mirar al sol durante más tiempo. Sin embargo, la radiación solar sigue llegando y siendo igual de dañina.





Cómo usar correctamente unas gafas para observar un eclipse

- ✓ Comprueba que están identificadas con la **ISO 12312-2:2015** y el **marcado CE**
- ✓ **Ponte** las gafas **antes de mirar al sol**
- ✓ Mira el eclipse durante periodos cortos (máximo 3 minutos) y **haz descansos entre observaciones**
- ✓ **Quítate** las gafas **mirando hacia el suelo**
- ✓ **No uses gafas** que: Estén **rayadas**, tengan **defectos** o partes **deñadas** y/o estén **dobladas**
- ✓ Niños, adolescentes, personas que utilicen medicamentos fotosensibilizantes o personas operadas de cataratas deben extremar la precaución.

Recuerda, nunca uses para ver un eclipse solar:



Gafas de sol



Radiografías



Cristales ahumados



Compact discs (CD)



Negativos de película fotográfica



Con la colaboración de:

ROCTAR
OO GAFAS ECLIPSE



Farmacéuticos

Consejo General de Colegios Farmacéuticos de España

Vocalía Nacional de
Óptica Oftálmica y Acústica Audiométrica

Edición:
Julio 2026