

Eclipse solar Y PROTECCIÓN OCULAR

Introducción

En el atardecer del próximo **12 de agosto de 2026** prácticamente la mitad norte de nuestro país y las Islas Baleares van a poder observar un **eclipse solar total**, el primero en casi 100 años. El resto del país vivirá un **eclipse parcial**. Además, el 2 de agosto de 2027 y el 26 de enero de 2028 también podremos observar en España eclipses solares.

Aunque el eclipse se produzca al atardecer y la luz parezca débil, la **radiación ultravioleta (UV)** e **infrarroja (IR)** puede entrar de manera masiva en el ojo si no se dispone de la adecuada protección.

Gafas de sol vs. gafas para observar un eclipse solar



Gafas de sol convencionales

Diseñadas para bloquear la radiación UV ambiental y reducir el deslumbramiento. No bloquean suficientemente la radiación solar directa. Incluso las más oscuras permiten que lleguen a la retina radiación visible e IR.



Gafas para observar un eclipse solar

Deben cumplir la norma ISO 12312-2:2015 (*Protección de los ojos y la cara. Gafas de sol y equipos asociados. Parte 2: Filtros para la observación directa del sol*).

Estos filtros reducen la radiación solar directa aproximadamente 100.000 veces y cumplen con los siguientes **requisitos**:

- Transmitancia luminosa máxima: 0,0032 %
- Transmitancia luminosa mínima: 0,000061 %
- Bloqueo prácticamente total de radiación UV
- Transmitancia infrarroja máxima: 3 %



Riesgos oculares asociados a un eclipse solar

- Observar de manera directa un eclipse solar puede provocar **retinopatía solar**.
- La retinopatía solar es una lesión fotoquímica en la retina, especialmente en la mácula, que se acompaña de visión borrosa, escotoma central (mancha en el centro de la visión), alteración de la percepción del color y disminución de la agudeza visual.
- El daño puede aparecer horas o días después de la exposición y en algunos casos puede ser irreversible.
- Durante un eclipse solar disminuye la luminosidad ambiental, el deslumbramiento y la pupila se dilata. Como la intensidad luminica es baja se puede mirar al sol durante más tiempo sin sentir molestias. Sin embargo, las radiaciones que puede dañar las estructuras oculares (UV e IR) siguen presentes y observando directamente el eclipse se aumenta el tiempo de exposición a las mismas y, por tanto, también el riesgo de daño retinal.



Cómo reconocer gafas homologadas para eclipse

-  Identificadas ISO 12312-2:2015
-  Marcado CE
-  Nombre del fabricante
-  Incluir instrucciones de uso y advertencia de riesgo de lesión ocular permanente
-  Indicación de no usar si están dañadas
-  Información de almacenamiento o mantenimiento
-  Fecha de caducidad o periodo de uso



Antes de dispensar en farmacia, se debe comprobar:

- Que el filtro esté destinado a observación directa del sol (ISO 12312-2:2015)
- Que las lentes no presenten arañazos, burbujas o defectos (no deben venderse filtros con defectos visibles)
- Que la montura esté bien ensamblada
- Que cubra ambos ojos correctamente

Recomendaciones desde la farmacia para observar de manera segura un eclipse solar

REVISAR

Inspeccionar las gafas al trasluz. Ante el más mínimo rayón, arruga profunda o poro en la lente, desechar de inmediato.

COLOCAR

Las gafas deben colocarse mirando hacia el suelo, antes de levantar la cabeza para mirar hacia el eclipse.

DESCANSAR

Observar en periodos cortos de unos pocos minutos y alternar con descansos.

RETIRAR

Antes de quitarse las gafas, girar la cabeza hacia el suelo o colocarse de espaldas y retirar las lentes.

- * Nunca usar gafas de eclipse para mirar a través de telescopios, prismáticos o lentes de cámaras. Existe riesgo de quemadura del filtro, paso de radiación intensa y/o lesión ocular inmediata y grave.
- * Precaución en personas que utilicen medicamentos fotosensibilizantes, operadas de cataratas, niños y adolescentes.
- * Materiales que no son seguros para observar un eclipse solar: gafas de sol convencionales, radiografías, cristales ahumados, negativos de fotografías, filtros polarizados y compact discs (CD).

Edición: Abril 2026



Farmacéuticos

Consejo General de Colegios Farmacéuticos de España

Vocalía Nacional de
Óptica Oftálmica y Acústica Audiométrica

