

"Los problemas de visión en el día a día suponen una incomodidad, pero en la conducción son un riesgo mortal"

Luis Montoro es catedrático de Seguridad Vial de la Universidad de Valencia

REDACCIÓN

En los meses de verano se producen millones de desplazamientos por carretera para disfrutar de las ansiadas y merecidas vacaciones. Pero antes de salir de viaje es tan importante poner a punto nuestro vehículo como nuestra visión. El 90% de la información que recibimos mientras conducimos nos llega a través de los ojos, por lo tanto, es más que necesaria una visita a nuestro óptico-optometrista para realizarnos un examen visual para ponernos al volante con todas las garantías. La toma de decisiones al volante empieza en casi todos los casos por lo que vemos: un peatón que cruza, un semáforo en rojo, la información de los displays del salpicadero, la distancia respecto del vehículo de delante, un obstáculo en la vía, una señal que se ve poco o la visión en un adelantamiento entre otros. "En la vida diaria, los problemas de visión son una grave incomodidad, pero en la conducción son un riesgo mortal. Diversos estudios calculan que entre un 5-20% de los accidentes están causados, de manera directa o indirecta, por problemas relacionados con la visión", destaca **Luis Montoro**, catedrático de Seguridad Vial de la Universidad de Valencia y presidente de la Fundación Española para la Seguridad Vial (FESVIAL), que explica que "un dato revelador de la importancia de la visión en la conducción, es que en todos los países se controlan diferentes aspectos de la salud para dar un permiso de conducir y el control de la visión se realiza en el cien por cien de los países".

En este sentido, el presidente del Colegio de Ópticos-Optometristas de la Comunitat Valenciana (COOCV), **Andrés Gené** señala que "las revisiones visuales son de vital importancia para los conductores, ya que la visión es uno de los sentidos clave en la conducción segura".

En estos exámenes, el óptico-optometrista revisará los cuatro factores de riesgo principales a la hora de conducir:

- Falta de agudeza visual
- Fatiga Visual

- Visión binocular
- Deslumbramiento

Todos ellos se pueden mitigar con una solución óptica apropiada para cada caso tanto en condiciones diurnas como nocturnas. Llevar una correcta compensación óptica ayuda a anticiparse y tomar decisiones adecuadas en la conducción.

El 25% de los conductores tienen problemas de visión sin detectar

En un reciente estudio sociológico hecho por el Instituto Universitario de Tráfico y Seguridad Vial de la Universitat de València (INTRAS), ESSLOR y FESVIAL, se aplicó una encuesta a 3.249 conductores españoles, para conocer los hábitos, creencias y actitudes de los conductores respecto a la visión. En este estudio se hizo una exploración de la visión a los conductores entrevistados y los resultados obtenidos son más que preocupantes, ya que, generalizando se descubrió que hay un 25% de conductores que deberían corregir su vista. "Esto implica un importante peligro para la seguridad vial,

ya que conducir es una acción que, si no se realiza en plenas facultades, puede poner en riesgo la vida del conductor y de otras personas, por lo que resulta fundamental que nuestra visión esté en perfectas condiciones", explica **Andrés Gené**. Si un conductor no puede ver claramente lo que sucede a su alrededor, aumenta el riesgo de accidentes. Es muy preocupante que cerca de 500.000 conductores valencianos no se revisen la visión habitualmente. Aunque uno piense que su visión es lo suficientemente buena como para conducir sin gafas, es fundamental revisarse la visión periódicamente. Es indudable que si con una graduación mejora la agudeza visual (lo que vemos) ello llevará a una mejor percepción del peligro, especialmente en condiciones de conducción nocturna.

Se concluye que: el 37% de los conductores tienen dificultades de visión con baja iluminación; el 29% presentan deficiencias en ametropía (enfoque de las imágenes); el 23% de los conductores tienen deficiencias en campimetría: (extensión del campo visual); y el



Luis Montoro.

10% tiene problemas graves de deslumbramiento.

"Precisamente esto último, el deslumbramiento es un problema muy grave para la seguridad vial. Hay que tener en cuenta, por ejemplo, a 120 kilómetros por hora en tan solo cinco segundos de deslumbramiento se recorren 170 metros sin ver", advierte **Montoro**.

La conducción en verano y la visión

Cuando nos ponemos al volante en verano, las gafas de sol se convierten en un aliado imprescindible para mejorar el confort visual y reducir el riesgo de accidentes. "Es fundamental utilizar gafas de sol homologadas, que nos ayudan a evitar problemas como la fatiga visual, los reflejos y los deslumbramientos provocados por el exceso de luz, ya que incrementan la sensibilidad al contraste y reducen el tiempo de adaptación a cambios bruscos de luz, ofreciendo mayor seguridad a la hora de conducir y nos permiten detectar mejor (y antes) las señales, los semáforos o a los otros vehículos", explica **Andrés Gené**.

Otra recomendación de los expertos a seguir durante los meses estivales es no conducir con las ventanillas abiertas. Junto a otros aspectos como el aumento del gasto de carburante, mayor que con el aire acondicionado puesto y las ventanillas cerradas, en lo referente a la visión, el aire que en-

tra al vehículo ocasiona un incremento de la fatiga ocular por el incremento de la sequedad en los ojos.

Algo similar ocurre con las toberas del aire, nunca deben ir dirigidas directamente a los ojos, ya que también por la sequedad ocular, pueden ocasionar mucha fatiga visual.

Otro consejo a seguir es evitar fumar en el interior del coche, ya que la concentración del humo del tabaco irrita nuestros ojos, además de incrementar considerablemente la posibilidad de sufrir un siniestro vial.

Conducción nocturna

La noche es uno de los factores que más influyen en nuestra visión a la hora de conducir y en verano, aunque hay más horas de luz, se conduce más por la noche. Por ello, hay que tener en cuenta que la agudeza visual en visión nocturna se reduce un 70%, mientras que el sentido de la profundidad es siete veces menos eficaz a estas horas, circunstancias que derivan en que los accidentes de tráfico nocturnos son mucho más graves que los diurnos. "Ante esto, resulta necesario vigilar con atención la capacidad del sistema visual, que se deteriora con el paso de los años", recuerda el presidente del COOCV.

Velocidad y visión

Otro aspecto que afecta directamente al riesgo de accidentes de tráfico es la velocidad que alcanzan los vehículos en la actualidad, lo supone una dificultad añadida para nuestra visión.

Conforme aumenta la velocidad disminuye el campo visual y se produce el conocido como efecto túnel. De hecho, a 100 kilómetros por hora el campo visual es de poco más de 50 grados dificultando la visión de las señales y de nuestro entorno. "Es de imaginar el riesgo de accidente que esto supone y si, además, le añadimos un problema en la vista las probabilidades se incrementan", señala **Luis Montoro**.

Sigue los consejos del COOCV sobre visión y conducción aquí: QR

