RECOMANACIONS DE LA SOCIETAT CATALANA D'OFTALMOLOGIA (SCOFT) PER VEURE L'ECLIPSI DEL 12 D'AGOST DE 2026

LLOC: El dia **12 d'agost de 2026** hi haurà un eclipsi de sol que serà total a Camp de Tarragona i Terres de l'Ebre i parcial a la resta de comarques de Catalunya.

DURADA prevista : L'eclipsi començarà a les 19 hores 30 i total tindrà lloc a les 20 hores 30, i acabarà a les 21 hores 30.

CONSEQÜÈNCIES VISUALS en cas de manca de protecció:

Mirar un eclipsi sense protecció ocular pot generar el que s'anomena retinopatia solar, en la que la part central de la retina (que anomenem fòvea) es produeix una lesió per fototoxicitat donant lloc a la lesió de la capa de cèl·lules fotoreceptores que ens donen la màxima visió, el que ocasiona una pèrdua d'aquesta.

La pèrdua de visió apareix entre les 2 i les 6 hores després de l'exposició a la llum del sol sense protecció i, apareix en forma d'una taca negra en el centre del camp de visió, el que anomenem un escotoma. Això dificulta la visió i fa que aquesta baixi en l'escala que tenim per valorar-la fins a límits com pot ser veure només les lletres més grans o sigui 0,1. El defecte afecta els dos ulls, recuperant-se total o parcialment en la majoria dels casos a partir del mes de la lesió, però pot trigar fins a sis mesos en alguns casos.

Però en cas de lesió profona, no tenim cap tractament per recuperar aquesta pèrdua de visió.

Per tant, per poder veure l'eclipsi amb seguretat emetem les següents recomanacions:

1. Ulleres amb certificació ISO 12312-2, o ISO 122312-2:2015. Mirar el sol (l'eclipsi en les seves fases de forma parcial) amb ulleres homologades.

L'homologació la dona la ISI i és 12312-2, aquestes ulleres filtren el 99,99% de la llum, les de sol normals deixen passar 8–18%, la diferència és de milers de vegades més protecció. És l'únic medi segur per observar directament el sol. No serveixen les ulleres que anomenem col·loquialment de sol ni formes no reglades com a través d'una radiografia.

2. Com identificar si són correctes?

Han de mostrar la referència a la norma (ISO 12312-2:2015 o ISO 12312-2), marcatge CE, nom del fabricant, instruccions d'ús i advertències. Desconfia d'etiquetatge borrós, només "CE" sense número d'organisme, fabricant no identificable o instruccions només en idiomes no europeus.

2. Verificar que les ulleres siguin autèntiques.

Comprovar l'origen, i la certificació de fabricació.

3. Mirar que els filtres o sigui el vidre de les ulleres no estiguin ratllats o trencats.

4. Molt important amb els nens.

els nens quan es posen les ulleres al no veure amb elles intentaran mirar pel damunt o per sota, sobretot s'han de vigilar aquestes maniobres, ja que la llum els pot lesionar la retina.

5. No intentar caminar amb les ulleres posades.

Les ulleres filtren el 99,99% de la llum no es veu res, si s'intenta caminar es pot caure i lesionar-se.

6. No mirar a través de prismàtics o telescopis si no tenen filtres solars certificats posats als oculars.

7. No utilitzar les càmeres dels mòbils sense filtres per gravar o fotografiar l'eclipsi.

La càmera es danyarà, i sempre s'ha de fotografiar amb protecció ocular o sigui amb ulleres posades, o sigui el millor no fer servir els mòbils, gaudir de l'esdeveniment.

8. Es poden fer servir mètodes indirectes de visualització:

com la projecció del sol a través de telescopi en una làmina

QUAN RETIRAR LES ULLERES

1. En cas d'eclipsi parcial MAI, o sigui fora del rang de l'eclipsi total a Catalunya no es pot treure les ulleres.

2. En cas d'eclipsi total , només en la fase d'ocultació total del sol, que serà d'una durada d'un minut aproximadament a Camp de Tarragona i Terres de l'Ebre.

QUAN TORNAR A POSAR-SE LES ULLERES ?

Quan torni a sortir el sol després de l'eclipsi total s'han de posar les ulleres alta vegada.

FINALMENT

L'any 2028 hi haurà un eclipsi anular, és un tipus similar al total, però es veu la corona solar, en aquest cas es comporta com el parcial, NO ES PODEN TREURE LES ULLERES EN CAP CAS.

Figures per poder utilitzar en el tríptic

Ulleres de la URV

Com es veu el sol amb les ulleres

Certificació ISO de les ulleres de la URV

Tipus d’eclipsi