

BARÓMETRO DE LA MIOPIA INFANTIL EN ESPAÑA (2016-2021)

VI ESTUDIO PREVALENCIA
MIOPIA EN NIÑOS

ELABORADO POR LA UNIVERSIDAD EUROPEA EN
COLABORACIÓN CON LA FUNDACIÓN ALAIN AFFLELOU



Fundación
ALAIN AFFLELOU



Universidad
Europea

1 PUNTO DE PARTIDA

Este año, la Fundación **ALAIN AFFLELOU** pone en marcha la 23ª edición de su Campaña Escolar en Favor de la Salud Visual. A través de esta iniciativa, se ofrecen revisiones visuales gratuitas mediante la web de la Fundación **AFFLELOU** para niños en edad escolar, coincidiendo con el inicio del curso. Además, se equipará con gafas, sin coste, a los niños de entre 5 y 7 años que lo necesiten.

En 2021, se realizaron más de **12.000 revisiones** de la vista y se entregaron un total de **5.000 gafas graduadas de forma gratuita**.

La Universidad Europea, en colaboración con el Área de Salud Visual de **ALAIN AFFLELOU**, presenta el Barómetro de la Miopía Infantil en España a través de los datos obtenidos en las campañas desarrolladas desde 2016 a 2021.

Hay que tener en cuenta que los **problemas visuales no diagnosticados** repercuten de forma negativa en el rendimiento académico de los niños y están detrás del **30% de los casos de fracaso escolar**.



2

DATOS DEMOGRÁFICOS DE LA MUESTRA

El **Barómetro de la Miopía Infantil** (2016-2021) es un estudio vivo que tiene como objetivo analizar la evolución de la miopía entre la población infantil española.

El motivo por el que se inicia este análisis es porque en las edades comprendidas entre 5 y 7 años es más complicado detectar anomalías de la visión como la miopía, ya que no cuentan con referencias a la hora de determinar sus habilidades visuales como su agudeza, acomodación o visión en profundidad.

En este estudio, que ha sido realizado durante los últimos 6 años por la Fundación **AFFLELOU** y la **Universidad Europea**, han colaborado:



La **edad media** de participantes en el estudio fue:

5 años (25%)
6 años (35,9%)
7 años (39,1%)

15.672 niños procedentes de toda España.

El **52,7%** eran **mujeres** y el **47,3%** **varones**.

Para llevar a cabo el análisis, se ha contado con la participación de **4 investigadores** del Grupo de Investigación en Visión de la Universidad Europea de Madrid, dirigido por **Cristina Álvarez Peregrina**, así como **330 centros** ópticos de **ALAIN AFFLELOU** de toda España.

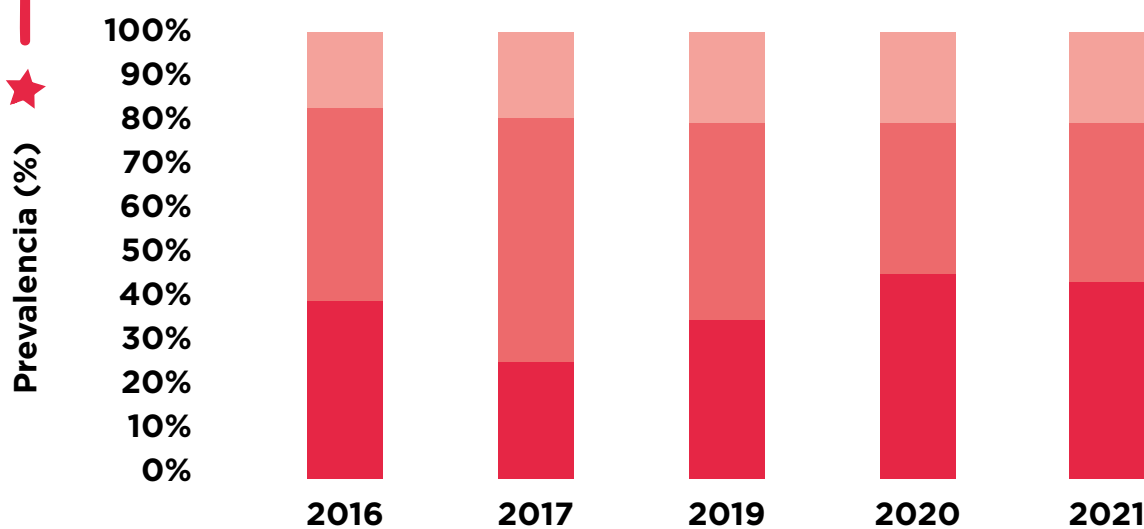
3

RESULTADOS DESTACADOS DEL INFORME

PREVALENCIA ERRORES REFRACTIVOS 2016- 2022

POR AÑOS

La prevalencia de miopía en niños entre 5 y 7 años ha **aumentado significativamente** en los últimos años. En **2016** la tasa de incidencia era de un 16,8% y marcó su pico más alto en 2019, que alcanzó el **20,4%**. Un año después experimentó una ligera bajada y en 2021, coincidiendo con la última revisión de los datos, la tasa se situó en el **19,7%**.

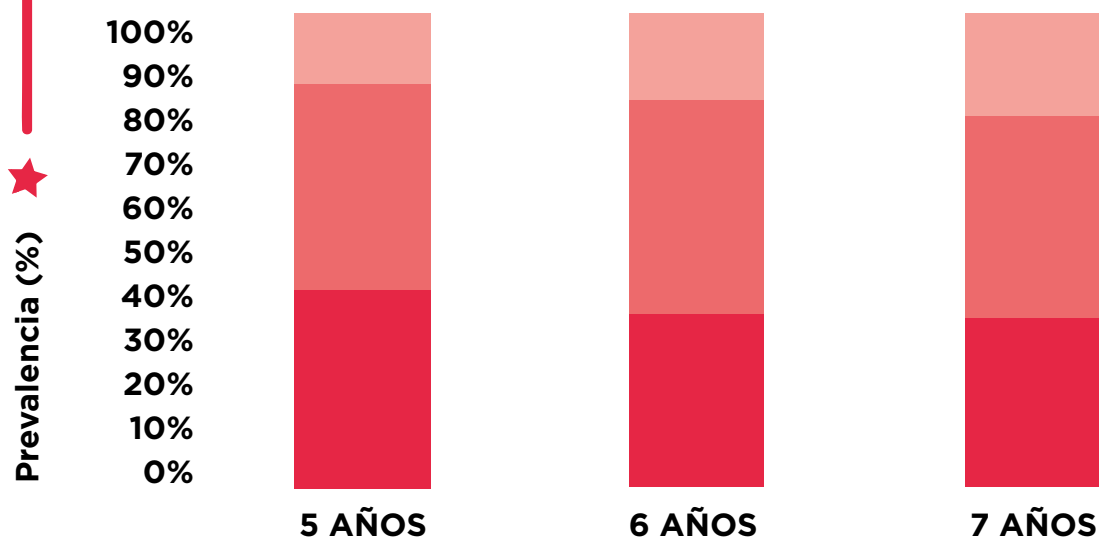


Miopía	16,8%	19,1%	20,4%	20,0%	19,7%
Hipermetropía	43,9%	55,0%	43,8%	34,7%	36,4%
Emetropía	39,3%	26,0%	35,9%	45,3%	44,0%



POR EDAD

A los 7 años es cuando se registra una tasa de miopía más alta, concretamente del **21,9%**. Desde los 5 años a los 7 años, el porcentaje de niños miopes difiere un +3% de un año respecto a otro, conforme se incrementa la edad.

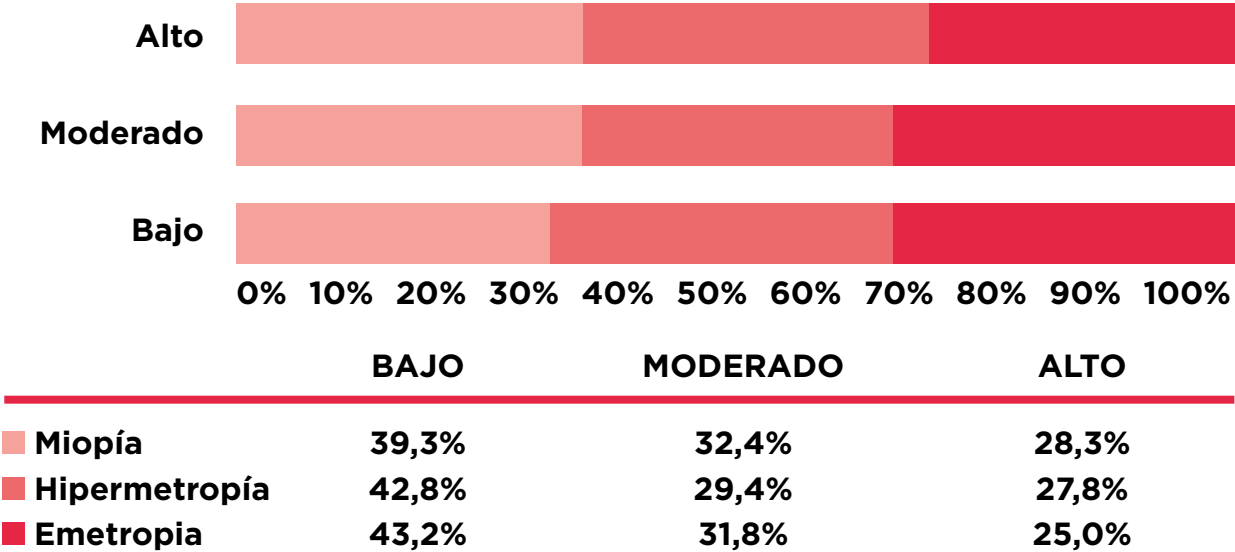


Miopía	15,2%	18,5%	21,9%
Hipermetropía	44,0%	44,8%	42,9%
Emotropía	40,8%	36,7%	35,2%

HORAS EN VISIÓN PRÓXIMA

★ De los 15.762 niños que participaron en este análisis se desprende que las horas de trabajo en visión próxima son altas en líneas generales. Sin embargo, es más elevado el porcentaje de miopes que pasa más de 3 horas al día en visión próxima (sin contar las horas escolares) que en el del resto de los niños.

Así, un 28,3% de los miopes pasan más de 3 horas al día en visión próxima, mientras que este porcentaje baja al 27,8% en los hipermétropes y al 25% en los emétropes.



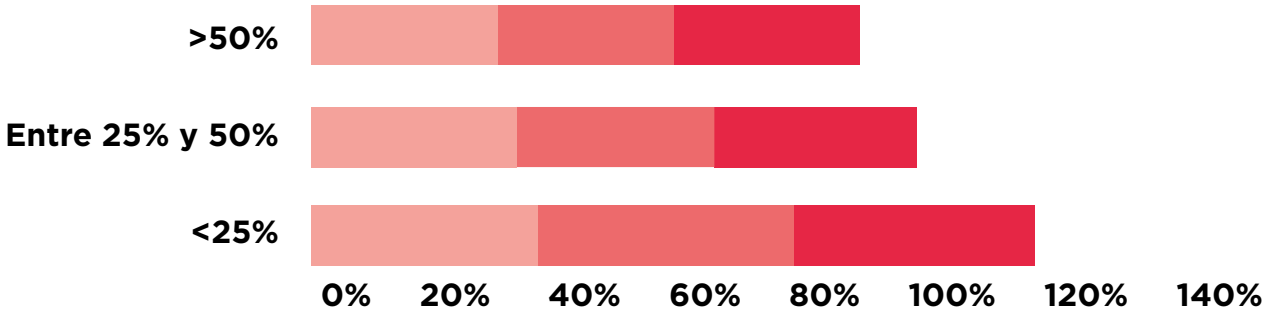
Bajo (<2h/día) Moderado (2-3h/día) Alto (>3h/día)



HORAS DE USO DE DISPOSITIVOS DIGITALES

★ En el estudio se ha cuantificado, además, cuál es el tiempo que dedican los niños al uso de dispositivos digitales dentro del total de horas en las que realizan tareas en visión próxima.

De nuevo observamos cómo el dato es mayor entre los miopes. Concretamente, un 30,3% de los niños miopes que están con pantallas más del 50% del tiempo realizan tareas en visión próxima, sin tener en cuenta las horas escolares.



	<25%	Entre el 25% y 50%	>50%
Miopía	36,6%	33,1%	30,3%
Hipermetropía	40,6%	31,4%	28,0%
Emetropía	38,4%	32,3%	29,3%



CALIDAD DE SUEÑO

★ Hay una tendencia a la miopización en aquellos niños que duermen menos horas al día. En el caso de los niños no miopes, el porcentaje es más elevado cuando los problemas de sueño se registran de forma aislada.

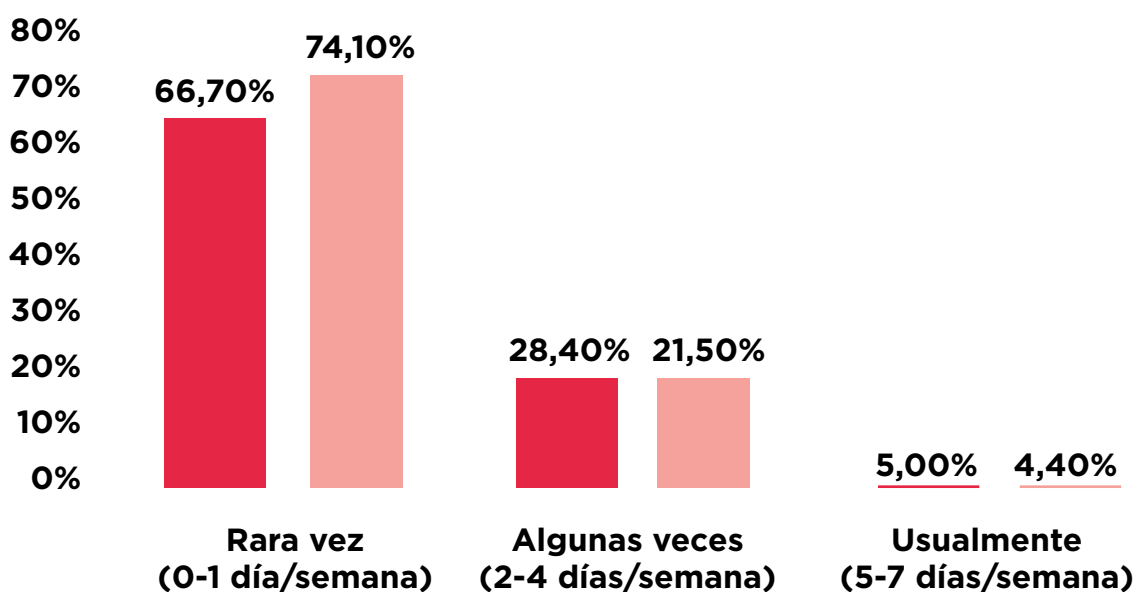
En 2021, el grupo de investigación introdujo un nuevo parámetro que puede ser relevante en el estudio de la miopía, que es la calidad del sueño de los niños. Mediante un cuestionario validado se realizaron distintas preguntas a los padres en relación a los hábitos de sueño de los niños.

Los datos obtenidos en este primer año de recogida muestran cómo los niños miopes tienen un sueño más variable que aquellos no miopes, lo que parece indicar que la calidad del sueño puede influir en la aparición o evolución de la miopía.

En 2022 se volverán a recoger estos datos para su análisis.



Dificultades para dormir



■ Miopes ■ No Miopes



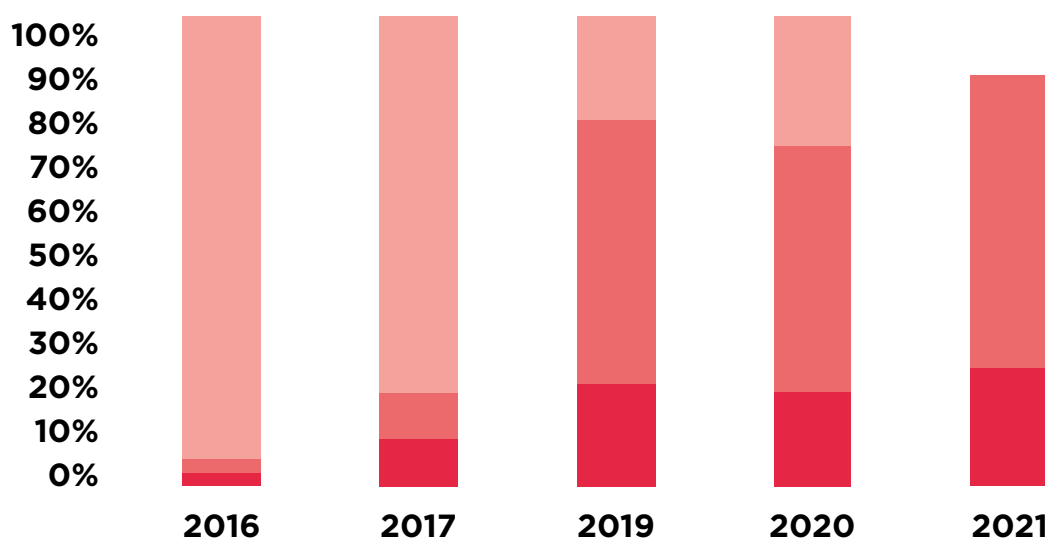
TIEMPO AL AIRE LIBRE (por años)

Está demostrado que el tiempo que los niños permanecen al aire libre actúa como un factor preventivo en la aparición de miopía. Este estudio muestra cómo a pesar de haber pasado por una pandemia que ha obligado al confinamiento temporal de la población española, el tiempo que los niños están al aire libre se ha ido incrementando con los años, siendo 2021 el año en el que mayor porcentaje de niños han pasado más de 2,7 horas diarias al aire libre.

Destaca también el porcentaje de niños que pasa menos de 1,6 horas diarias al aire libre, que ha disminuido drásticamente desde 2016, situándose en 2021 en tan solo el 12,7%.



Porcentaje de niños en relación al tiempo al aire libre



■ Bajo	94,1%	80,5%	22,1%	27,5%	12,7%
■ Moderado	2,9%	10,0%	56,1%	51,9%	62,1%
■ Alto	2,9%	9,5%	21,9%	20,6%	25,2%

Bajo (<1,6h/día) Moderado (1,6-2,7h/día) Alto (>2,7h/día)

A TENER EN CUENTA QUE...

★ Estos datos podrían ser derivados de la publicación de los resultados de estudios como el que realiza este grupo de investigación, que ha concienciado a los padres de la importancia de pasar más horas al aire libre.

Podría haber influenciado también el confinamiento, que ha hecho que seamos conscientes de la importancia para la salud, en general, de salir todos los días a la calle, así como la aparición de los métodos de control de miopía que han provocado una creciente aparición en los medios de la información sobre los riesgos de la miopía.



4

LA MIOPIA INFANTIL EN CIFRAS

La prevalencia de miopía en niños entre 5 y 7 años aumentó entre 2016 y 2019, año en el que se ha estabilizado.

En **2016** la tasa de incidencia era de un 16,8% y marcó su pico más alto en 2019, llegando al **20,4%**. A partir de 2020 se experimenta una ligera bajada. En 2021, coincidiendo con la última revisión de los datos, la tasa se sitúa en el **19,7%**.

A los 7 años es cuando se registra una tasa de miopía más alta, concretamente del **21,9%**.

Desde los 5 años, el porcentaje de aumento de la miopía es de en torno al 3% por año hasta los 7 años.

Los niños miopes pasan más horas en visión próxima y usando dispositivos digitales que el resto de los niños.

Hay una tendencia a la miopización en aquellos niños que duermen menos horas al día.

El tiempo al aire libre es un factor preventivo de la aparición de miopía. Así, el porcentaje de miopes es mayor en niños que pasan menos horas realizando actividades en el exterior.



5

CONCLUSIONES

Los resultados muestran que los niños miopes evaluados han tenido un sueño más variable que aquellos no padecen este problema visual, **siendo la miopía mayor cuanto peor es la calidad del sueño.**

La prevalencia de miopía en niños en España ha aumentado entre los años 2016 y 2021 en un +17%.

En 2020 y 2021 se ha estabilizado el dato de prevalencia de miopía. Se cree que la causa puede ser una combinación de una mayor concienciación de la importancia de pasar más tiempo al aire libre, de la aparición de nuevas técnicas de control de miopía y del incremento de campañas de comunicación en relación al riesgo, en el medio - largo plazo, que supone esta dolencia refractiva y la consiguiente importancia de detectarla y tratarla a tiempo.

Los estilos de vida de los niños influyen en la aparición y desarrollo de la miopía.

Así, los niños que pasan más tiempo al aire libre son menos miopes, mientras que aquellos que pasan más horas con dispositivos electrónicos desarrollan más este defecto visual.





Fundación
ALAIN AFFLELOU



**Universidad
Europea**