LUN

Fecha: 31/01/2025 Audiencia: 271.020 Sección: OCIO Y TIEMPO LIBRE
Vpe: $4.003.543 Tirada: 91.144 Frecuencia: DIARIO
Vpe pág: $4.399.200 Difusión: 91.144
Vpe portada: $4.399.200 Ocupación: 91,01%

Reducen la luz azul, el parpadeo de la pantalla y se ajustan al ciclo de sueño del usuario

¿Ojos rojos? Nuevos Redmi traen triple protección para la vista

"Cumplen con estándares que ayudan a reducir la fatiga visual", destaca experto en tecnología.

CEDIDA

El Redmi Note 14 Pro 5G, además de sistema de cuidado ocular, incluye protección extra contra polvo y agua.

VALENTINA ESPEJO

Tras el lanzamiento para Latinoamérica realizado este jueves en Lima, Perú, ya está disponible en Chile la serie Redmi Note 14 de Xiaomi. ¿Sus novedades? Baterías potentes, procesadores más rápidos y cámaras profesionales por precios más que asequibles: sus valores sugeridos fluctúan entre $249.990 y $479.990 en mistorechile.cl (https://acortar.link/Qr1z9Y).

La nueva familia suma cuatro dispositivos: los modelos base Redmi Note 14 y 14 5G, y los Pro+ (Plus) 5G y Pro 5G. Todos prometen una combinación ganadora: cámaras de alta resolución con herramientas avanzadas de inteligencia artificial, diseños robustos resistentes al polvo y al agua, más baterías de larga duración de al menos 5.110 miliamperes. En el caso del modelo Pro+, este componente está diseñado para soportar condiciones extremas: funciona a temperaturas hasta -20°C.

Los dos modelos más pro cuentan con un sistema de cámara IA de 200 megapixeles de calidad profesional con estabilización óptica de imagen (OIS), que alcanza objetivos lejanos en detalle gracias al zoom digital de hasta 30x.

Triple protección

Toda la serie Note 14 cuenta con pantallas Amoled de 6,67 pulgadas. En este ítem, la gran novedad es la combinación de tecnología para que el uso del celular sea más amigable durante el trabajo nocturno o sesiones de streaming prolongadas.

Kenji Tsukame, vocero regional de Xiaomi, explica que se trata "de un tipo de protección ocular respaldado por TÜV Rheinland, que ofrece una triple certificación para el cuidado de la vista".

La primera certificación (TÜV Rheinland Low Blue Light), protege contra la **luz azul**, reduciendo su emisión e impacto en los ojos; la segunda (TÜV Rheinland Circadian Friendly) permite que la pantalla se sincronice con el **ciclo circadiano**, ajustándose al ritmo natural del sueño-vigilia; la tercera (TÜV Rheinland de las personas cambia la tonalidad y **reduce el parpadeo de la pantalla** durante la noche para disminuir el agotamiento visual.

Nicolás Silva es director de tecnología de Asimov Consultores, empresa chilena que desarrolla apps móviles, software e IA. Estas certificaciones, detalla, "aseguran que las pantallas fueron probadas en laboratorio y cumplen con estándares que ayudan a reducir la fatiga visual: los dispositivos con esta certificación emiten menos luz azul sin sacrificar calidad de imagen".

No todos los fabricantes cuentan con estas certificaciones, advierte Silva, "pero cada vez son más comunes en marcas como Huawei, Xiaomi y Samsung. En cambio, Apple no suele buscar certificaciones externas, ya que desarrolla sus propias tecnologías, como True Tone (ajusta los colores en base a la iluminación del ambiente) y Night Shift (reduce la emisión de luz azul), que cumplen la misma función de proteger los ojos del usuario".

Varias herramientas buscan reducir la fatiga ocular, pero no todas ofrecen el mismo nivel de protección, agrega: "Ahí es donde certificaciones como TÜV Rheinland van un paso más allá. Básicamente, si tu celular la tiene, puedes estar más tranquilo de que su pantalla no te va a dejar los ojos rojos después de un rato de uso. Si tu equipo no la tiene tampoco significa que sea malo para la vista. Simplemente, no ha pasado por estas pruebas específicas".

Ojo con los síntomas

La doctora Ximena Schmidt, oftalmóloga de UC Christus, advierte que el uso prolongado de pantallas y celulares puede producir cansancio visual. Los síntomas van "desde sensación de malestar ocular o de tener algo en el ojo, molestias ante la luz solar, prurito ocular y ojo rojo. Sin un uso adecuado de pantallas o lentes ópticos, en caso de necesitarlos, se pueden generar dolores de cabeza".

Hasta la fecha, indica, "no hay evidencias de que la exposición a teléfonos móviles produzca un daño al ojo, como aumentar el riesgo de patologías permanentes como glaucoma, catarata o problemas de retina".

Los efectos de la luz azul que emiten dispositivos electrónicos ha sido objeto de debate, añade, pero "existe eso sí evidencia de que pueden interferir con la calidad del sueño, por lo que la recomendación general es evitar todo tipo de pantallas por al menos dos horas antes de dormir".

Luz nocturna

Hoy casi todas las marcas de celulares incluyen funciones para reducir el cansancio visual. Nicolás Silva destaca que el sistema operativo Android incluye el Modo de Luz Nocturna para filtrar la luz azul y programar su activación automática. "Además, algunas capas de personalización de fabricantes como Samsung, Xiaomi y Huawei han añadido ajustes adicionales como Modo Lectura o Modo Confort Visual que modifican el color de la pantalla para aliviar la fatiga ocular", añade. Marcas como Huawei y Oppo tienen funciones similares, que ajustan los colores de la pantalla para que sea menos agresiva con la vista.