

¿Lagrima frente a la pantalla? Consejos de expertos para proteger sus ojos cansados

Tablets con lápiz simulan la textura del papel para leer y escribir

Nuevos modelos TCL y Huawei suman tecnología para mejorar la experiencia de los usuarios.

VALENTINA ESPEJO

La marca china TCL, especialista en televisores y pantallas en general, ha apostado a la protección visual de sus dispositivos como sello distintivo. En Chile acaba de lanzar la Nxtpaper 11 Plus, su primera tablet con tecnología Nxtpaper 4.0, que promete una experiencia visual tipo papel sin reflejos y con filtro de luz azul integrado.

El equipo trae una pantalla mate de 11,5 pulgadas con resolución 2.2K, modo de confort ocular inteligente y personalizado, escritura fluida con el lápiz digital incluido, funciones potenciadas por IA y tres modos de interfaz de usuario para la vista: normal, papel de tinta y papel a color.

Maximiliano Vergara, director comercial Mobile de TCL Electronics Chile, destaca que incluye lápiz óptico y estuche plegable, que la convierten "en una herramienta versátil para productividad y creatividad. Además, cuenta con cuatro certificaciones internacionales en protección ocular que validan su efectividad: dos de TÜV Rheinland (pantalla sin reflejos y luz azul baja), SGS (pantalla más papel) y Eyesafe (protección contra luz azul)".

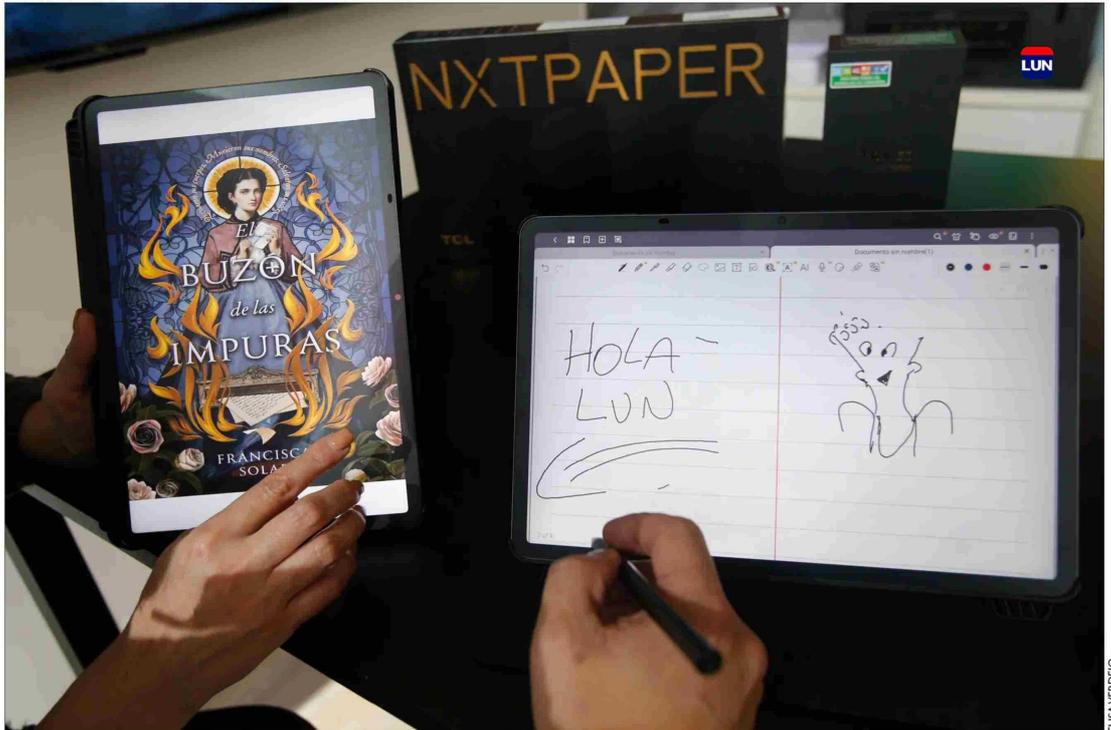
¿Pero de qué estamos hablando exactamente? "Esta tecnología - presente en nuestras tablets y algunos modelos de smartphones- combina un filtro de luz azul a nivel de hardware con una superficie antirreflejo, brindando una experiencia visual más cómoda, similar al papel, que reduce la fatiga ocular incluso tras varias horas de uso. Con solo un clic, es posible activar el modo 'tinta digital', ideal para leer, escribir o dibujar con total naturalidad", promete Vergara.

A precio de oferta, la tablet cuesta \$289.990 en tclstore.cl; incluye el estuche y el lápiz (<https://acortar.link/5tJ8wh>).

Productiva y versátil

La nueva tablet Huawei MatePad Pro 13.2 también suma características enfocadas en el confort visual, además de su diseño delgado y ligero, una pantalla OLED flexible de 13,2 pulgadas con resolución 2.8K, herramientas creativas y educativas.

Josefa Bernales, PR director



El modo 'tinta digital' de la TCL Nxtpaper11 Plus se enfoca en leer, escribir o dibujar.

de Huawei Device Chile, destaca la pantalla de la nueva generación PaperMatte 2.0: "Básicamente se siente como escribir sobre un papel en la pantalla: no tienes reflejos de luz artificial ni de luz natural; por ende, te ofrece una experiencia mucho más inmersiva, ya sea trabajando directamente con la tablet o dibujando".

"Esta pantalla mate te da la opción de poner la pantalla en blanco y negro, como en los Kindle, para leer textos (pantalla monocromática). La tecnología antirreflejo hace que te sientas como si estuvieras leyendo un papel, ayudando mucho a la fatiga visual cuando estudias", afirma.

La MatePad Pro 13.2 cuenta con certificaciones de protección ocular TÜV Rheinland Low Blue Light y Flicker-Free para luz azul y parpadeos en pantalla, así como con la Certificación SGS Low Visual Fatigue que garantiza que la tablet ofrezca un bajo nivel de fatiga visual con un uso prolongado.

En oferta, está a \$899.990 en huawei.com; incluye mouse, teclado trackpad magnético y el M-Pencil de tercera generación (<https://acortar.link/Xwxn2v>).

Otra alternativa es el e-reader o lector electrónico Kobo Libra Colour HD. Con una pantalla de 7 pulgadas, es ideal para leer e-books (libros electrónicos) y es compatible con el Kobo Stylus 2, lápiz óptico que permite al usuario rayar, marcar y subrayar los textos a color, como si la pantalla fuera un papel. ¿Otra ventaja? Es tan pequeña que cabe en muchos bolsillos: mide 16 x 14 cm.

Daniel Aladro, socio fundador de Bestmart, detalla que este dispositivo integra "una pantalla con tinta electrónica, que simula la textura perfecta de un papel real; además tiene la tecnología Comfort Light Pro, que reduce la luz azul automáticamente durante el día, impidiendo que se canse la vista".

Está disponible en oferta a \$269.990 en betsmart.cl (<https://acortar.link/Kjmv39>).

Salud ocular

Gonzalo Varas, oftalmólogo de Clínica Universidad de los Andes, aclara que "no hay evidencia de que las pantallas modernas de cristal líquido generen radiación u otro elemento patológico que genere un daño permanente a la visión; muchos de los problemas que vemos tienen relación con el sobreuso de pantallas, manteniendo la misma distancia con el dispositivo, sin pausas ni pestaños".

En ese sentido, recomienda a los usuarios la guía 20-20-20, propuesta por la Academia Norteamericana de Oftalmología. "Se sugiere al paciente

hacer una pausa de al menos 20 segundos cada 20 minutos de trabajo; durante esta pausa, se sugiere mirar a una distancia de más de 6 metros (20 pies)".

Si los síntomas de irritación y sequedad en los ojos son significativos, Varas recomienda el uso de gotas lubricantes a pacientes que pasan mucho tiempo frente a pantallas. "También sirve apagar las pantallas entre una hora y media y dos horas antes de dormir, lo que se asocia a un mejor descanso y a una mejor conciliación del sueño".

Rodrigo Paredes, académico de la U. Finis Terrae, destaca que la TCL Nxtpaper "filtra la luz azul dañina y ofrece modos Eye Comfort y Reading; sin embargo, hay que ajustar el brillo según la luz ambiental: en condiciones de alta luminosidad, se puede usar mucho brillo, pero en la oscuridad hay que bajarlo para no encandilarse. Se aconseja mantener la tablet a una distancia adecuada, ojalá 40 centímetros o más".

El tecnólogo en telecomunicaciones Gustavo Alcántara, académico de la Facultad Tecnológica de la Usach, añade que algunas aplicaciones ayudan a la salud ocular: "Una de ellas es **Filtro de luz azul: Modo noche** de Leap Fitness Group, que posee un modo de lectura para ver la pantalla durante la noche. Además, está **Twilight: Filtro de luz azul** de Petr Nálevka (Urban-droid) que, aparte de reducir la fatiga ocular, ayuda a inducir el sueño".

\$289.990

cuesta la NXPAPER 11 Plus en el sitio web de TCL.

