



TEMA I

“CONOCIENDO EL OJO”

OBJETIVO

Sensibilizar a los trabajadores respecto a los riesgos que se presentan en los lugares de trabajo y que pueden provocar lesiones en los ojos.

ALCANCE

Empresas, Instituciones, trabajadores y funcionarios adherentes a Mutual de Seguridad que se encuentren en la implementación de la “Campaña Ojo con los ojos”.

AMBIENTACIÓN

Las jefaturas otorguen un espacio de 15 minutos para realizar esta instancia, agrupen a sus trabajadores en un círculo, dentro de lo posible en lugar cómodo, cerrado y sin interferencia de ruido externo o una sala diseñada para capacitación.

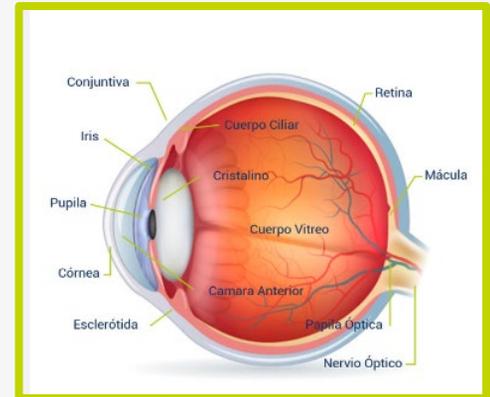


TEMA I

“CONOCIENDO EL OJO”

Introducción

El ojo es un órgano particularmente sensible y delicado por el que se estima que gran parte de la información que llega al cerebro, es percibida por él. Este transmite las imágenes gracias a señales eléctricas y recibe la estimulación de los rayos de luz. La visión es fundamental para relacionarnos con nuestro entorno y como respondemos al mismo. Por lo que es importante conocer algunos aspectos anatómicos del ojo para entender los efectos que pueden tener los accidentes y enfermedades que los aquejan.



Generalidades

El ojo tiene el tamaño de una pelota de ping-pong, rellena de un material gelatinoso llamado humor vítreo que permite que la luz llegue a la retina. El globo ocular se asienta en la órbita del ojo del cráneo, y se encuentra protegido por los párpados y pestañas. Sus principales componentes son:

- **Párpados:** membranas que con su ascenso y descenso protegen el ojo, ayudan en la lubricación, evitan la entrada de partículas externas y de la luz en forma excesiva.
- **Pestañas:** son pequeños pelos que se encuentra insertos en los párpados y que tienen por finalidad evitar que pequeños cuerpos externos ingresen al ojo. Podríamos verlos como un filtro.
- **Lagrimal:** tienen por función la producción y drenado de las lágrimas, las cuales, son las encargadas de la lubricación del ojo, lo que permite en muchas ocasiones eliminar pequeños elementos externos dentro de este.
- **Pupila:** es la abertura de color negro en el centro del ojo. Su función principal es la de controlar la cantidad de luz que ingresa al ojo, se dilatan frente a la oscuridad y se contraer frente al exceso de luz.
- **Iris:** es la zona que le da su coloración al ojo, ayuda a la pupila en el control de la luz que ingresa a él, ayudando a controlar el tamaño de la pupila.
- **Cornea:** es una capa externa, transparente y curvilínea, que recubre a la pupila y al iris, ayuda como barrera de protección contra gérmenes y también ayuda al ojo a enfocar la luz y de esa forma poder ver con mayor claridad.
- **Retina:** es una capa delgada y sensible a la luz que se encuentra en la parte posterior del ojo, su función es procesar la información visual y transmitirla a través del nervio óptico hacia el cerebro para su interpretación.
- **Cristalino:** es una estructura dentro del ojo con forma de lente biconvexa que enfoca los objetos.
- **Conjuntiva:** es una membrana que cubre y protege el ojo de partículas externas.

Fuente: Netter, Frank H, Atlas de Anatomía Humana, 7ª Edición, 2019.