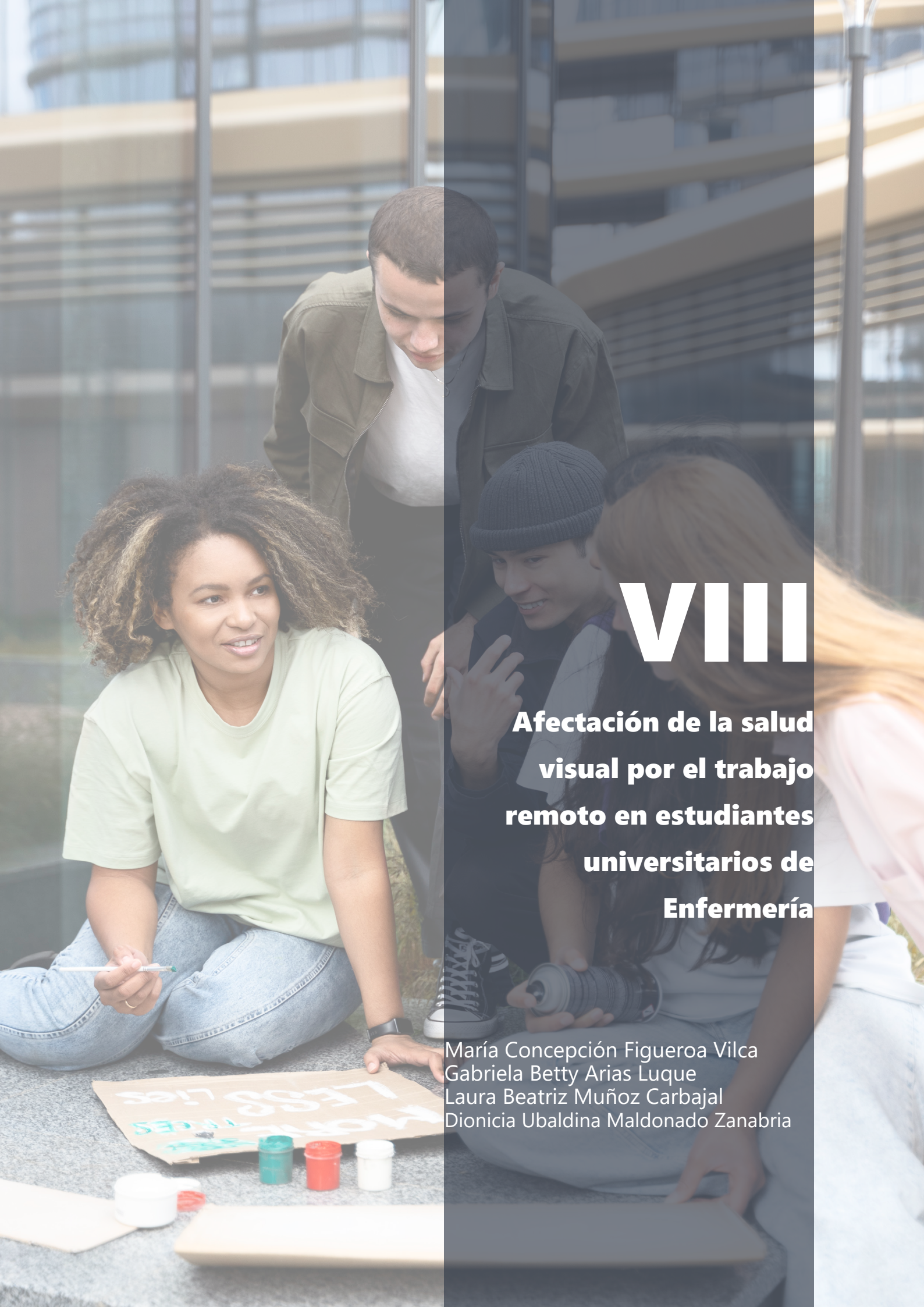




# VIII

## **Afectación de la salud visual por el trabajo remoto en estudiantes universitarios de Enfermería**

María Concepción Figueroa Vilca  
Gabriela Betty Arias Luque  
Laura Beatriz Muñoz Carbajal  
Dionicia Ubaldina Maldonado Zanabria

## Afectación de la salud visual por el trabajo remoto en estudiantes universitarios de Enfermería

---

María Concepción Figueroa Vilca  
Gabriela Betty Arias Luque  
Laura Beatriz Muñoz Carbajal  
Dionicia Ubaldina Maldonado Zanabria

### RESUMEN

El trabajo remoto ha incrementado significativamente el uso de dispositivos digitales, lo que ha generado preocupaciones sobre su impacto en la salud visual. Este artículo de revisión analiza cómo el trabajo remoto ha afectado la salud visual de los estudiantes universitarios de Enfermería, un grupo especialmente vulnerable debido a las largas horas frente a pantallas y la necesidad de cumplir con tareas académicas intensivas. Se revisaron estudios recientes para identificar patrones comunes de problemas visuales, como fatiga ocular digital (síndrome de vista cansada), sequedad ocular y alteraciones en la agudeza visual. Además, se exploraron factores asociados, como el tiempo de exposición a pantallas, la iluminación ambiental y la falta de pausas regulares. Los hallazgos sugieren la necesidad de implementar estrategias preventivas y educativas para mitigar estos efectos adversos en este grupo poblacional.

**Palabras clave:** Salud visual, trabajo remoto, estudiantes universitarios, Enfermería, fatiga ocular digital.



## ABSTRACT

Remote work has significantly increased the use of digital devices, raising concerns about its impact on eye health. This review article analyzes how remote work has affected the eye health of undergraduate nursing students, a particularly vulnerable group due to long hours in front of screens and the need to complete intensive academic tasks. Recent studies were reviewed to identify common patterns of vision problems, such as digital eye strain (eye fatigue syndrome), dry eyes, and visual acuity disturbances. In addition, associated factors were explored, such as screen time, ambient lighting, and lack of regular breaks. The findings suggest the need to implement preventive and educational strategies to mitigate these adverse effects in this population.

**Keywords:** Eye health, remote work, undergraduate students, nursing, digital eye strain.

## INTRODUCCIÓN

El trabajo remoto ha experimentado un crecimiento sin precedentes a raíz de la pandemia de COVID-19, transformando no solo el ámbito laboral, sino también el entorno educativo. En este contexto, los estudiantes universitarios se han visto obligados a adaptarse rápidamente al uso intensivo de plataformas virtuales para clases, estudios y prácticas clínicas simuladas (Hodges et al., 2020). Esta transición ha incrementado significativamente la exposición prolongada a pantallas digitales, lo que ha generado preocupaciones sobre sus consecuencias negativas para la salud visual (Vilca, 2025). La fatiga ocular digital, también conocida como síndrome de vista cansada, es una de las principales manifestaciones asociadas con el uso continuo de dispositivos electrónicos (Rosenfield, 2016). Este fenómeno se caracteriza por síntomas como ojos secos, visión borrosa, dolores de cabeza y malestar general, afectando no solo la comodidad visual, sino también el rendimiento académico (Román & Polanco, 2022).

La salud visual es un componente fundamental para el desempeño académico y profesional, especialmente en disciplinas como la Enfermería, donde la precisión y

atención a los detalles son cruciales (Bonaque-González et al., 2024). Los estudiantes de Enfermería enfrentan una carga académica intensa que incluye horas prolongadas de estudio, análisis de casos clínicos y participación en simulaciones virtuales. Estas actividades requieren una concentración visual constante frente a pantallas, lo que puede exacerbar problemas visuales relacionados con el uso de dispositivos digitales (Al-Maskari et al., 2021). Además, la falta de pausas regulares, la iluminación inadecuada y la postura incorrecta durante el trabajo remoto pueden contribuir a la aparición o agravamiento de trastornos visuales (Logan et al., 2015). Por lo tanto, es esencial comprender cómo estas condiciones impactan específicamente a los estudiantes de Enfermería, quienes representan un grupo vulnerable debido a las demandas únicas de su formación académica (Pintado et al., 2024).

Este estudio tiene como objetivo analizar la afectación de la salud visual en estudiantes universitarios de Enfermería debido al trabajo remoto. Además, busca identificar factores de riesgo asociados con el uso prolongado de pantallas y explorar estrategias preventivas basadas en la literatura científica (Alderete-Güere et al., 2024). La pregunta central que guía esta investigación es: ¿Cómo ha impactado el trabajo remoto en la salud visual de los estudiantes universitarios de Enfermería? Para responder a esta interrogante, se revisará la literatura existente sobre el tema, centrándose en estudios recientes que aborden los efectos del uso intensivo de dispositivos digitales en jóvenes adultos, particularmente en el contexto educativo.

Es importante destacar que la salud visual no solo influye en el bienestar físico, sino también en el emocional y psicológico. Según Sheppard y Wolffsohn (2018), la fatiga ocular digital está asociada con niveles más altos de estrés y ansiedad, lo que puede afectar negativamente el rendimiento académico y la calidad de vida de los estudiantes. En el caso de los futuros profesionales de la salud, como los estudiantes de Enfermería, estos problemas pueden tener implicaciones aún más graves, ya que comprometen su capacidad para aprender y aplicar habilidades críticas en entornos clínicos. Por ejemplo, un estudio realizado por Portello et al. (2012) encontró que el 70% de los usuarios de computadoras reportaron síntomas de fatiga ocular, lo que sugiere que este problema es ampliamente prevalente y merece atención prioritaria.

Además, la literatura indica que la implementación de estrategias preventivas puede mitigar los efectos adversos del trabajo remoto en la salud visual. Algunas de estas estrategias incluyen el uso de filtros de luz azul, la adopción de la regla 20-20-20 (mirar a 20 pies de distancia durante 20 segundos cada 20 minutos de uso de pantalla) y la mejora de la ergonomía del espacio de estudio (Cooper et al., 2019). Sin embargo, la eficacia de estas intervenciones en estudiantes universitarios, y en



particular en aquellos de Enfermería, sigue siendo un área poco explorada. Este vacío en la investigación subraya la necesidad de estudios más específicos que aborden las necesidades únicas de este grupo poblacional.

En resumen, el trabajo remoto ha generado un aumento significativo en la exposición a pantallas digitales, lo que ha puesto en riesgo la salud visual de los estudiantes universitarios, especialmente aquellos de Enfermería. Este artículo de revisión busca profundizar en este tema, proporcionando una base sólida para futuras investigaciones y políticas institucionales que promuevan la salud visual en el contexto educativo. Al abordar este problema desde una perspectiva integral, se espera generar recomendaciones prácticas que beneficien tanto a los estudiantes como a las instituciones educativas.

## METODOLOGÍA

El presente artículo de revisión se centró en analizar el impacto del trabajo remoto en la salud visual de los estudiantes universitarios de Enfermería, un tema de creciente relevancia dada la transformación educativa experimentada durante la pandemia de COVID-19. Para abordar este objetivo, se adoptó un diseño de revisión narrativa de la literatura científica publicada entre 2019 y 2023. Este enfoque permitió integrar evidencia reciente sobre la relación entre el uso prolongado de dispositivos digitales y los problemas visuales, proporcionando una base sólida para identificar patrones, tendencias y brechas en el conocimiento actual.

### Estrategia de Búsqueda

La estrategia de búsqueda se desarrolló siguiendo un protocolo estructurado para garantizar la exhaustividad y relevancia de los estudios incluidos. Se consultaron bases de datos reconocidas como PubMed, Scopus, Web of Science y Google Scholar, que son ampliamente utilizadas en investigaciones biomédicas y de ciencias sociales. Los términos de búsqueda empleados fueron combinaciones de palabras clave relevantes al tema, tales como "salud visual", "trabajo remoto", "estudiantes universitarios", "Enfermería" y "fatiga ocular digital". Estos términos se utilizaron tanto en inglés como en español para maximizar la cobertura de la literatura disponible. Además, se aplicaron operadores booleanos (AND, OR) para refinar las búsquedas y obtener resultados más precisos. Por ejemplo, una de las cadenas de búsqueda utilizadas fue: ("visual health" OR "salud visual") AND ("remote work" OR "trabajo remoto") AND ("university students" OR "estudiantes universitarios") AND ("nursing" OR

"Enfermería").

Para asegurar la inclusión de estudios relevantes, se establecieron criterios específicos. Solo se consideraron artículos publicados entre 2019 y 2023, dado que la pandemia de COVID-19 marcó un punto de inflexión en el uso de plataformas virtuales para la educación. Además, se incluyeron estudios empíricos, revisiones sistemáticas y metaanálisis disponibles en inglés o español, ya que estos idiomas son los más utilizados en la literatura científica global. Se excluyeron artículos que no abordaran directamente la relación entre el trabajo remoto y la salud visual en estudiantes universitarios, así como aquellos cuya calidad metodológica fuera cuestionable según los criterios PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses).

### **Selección de Estudios**

La selección de estudios se realizó en varias etapas para garantizar la calidad y pertinencia de los datos analizados. Inicialmente, se realizó una revisión preliminar de títulos y resúmenes para identificar artículos potencialmente relevantes. Posteriormente, se evaluó el texto completo de los estudios seleccionados utilizando los criterios PRISMA, que incluyen aspectos como claridad de objetivos, metodología adecuada, validez de los resultados y relevancia para el tema de estudio (Page et al., 2021). Esta evaluación permitió excluir artículos con sesgos significativos o que no cumplieran con los criterios de inclusión establecidos. Finalmente, se incluyeron estudios que abordaban directamente la relación entre el trabajo remoto y la salud visual en estudiantes universitarios, particularmente aquellos que proporcionaban información específica sobre estudiantes de Enfermería.

### **Análisis de Datos**

El análisis de datos se realizó mediante una síntesis cualitativa de los hallazgos reportados en los estudios seleccionados. Este enfoque permitió identificar patrones comunes, como la prevalencia de fatiga ocular digital, sequedad ocular y alteraciones en la agudeza visual, así como factores de riesgo asociados, como el tiempo prolongado frente a pantallas y la falta de pausas regulares (Sheppard & Wolffsohn, 2018). Además, se exploraron las intervenciones propuestas en la literatura para mitigar estos efectos adversos, como el uso de filtros de luz azul y la implementación de pausas estratégicas (Cooper et al., 2019). La síntesis cualitativa también permitió identificar brechas en la literatura, destacando la necesidad de estudios más específicos sobre estudiantes de Enfermería y la eficacia de las intervenciones preventivas en este grupo poblacional.



Este proceso riguroso de revisión y análisis permitió construir una visión integral del impacto del trabajo remoto en la salud visual de los estudiantes universitarios de Enfermería, proporcionando una base sólida para futuras investigaciones y políticas institucionales. Al seguir un enfoque sistemático y transparente, se aseguró la validez y confiabilidad de los hallazgos presentados en este artículo.

## RESULTADOS

El análisis de los estudios revisados reveló una serie de problemas visuales comunes que afectan a los estudiantes universitarios de Enfermería debido al trabajo remoto. Estos hallazgos destacan la magnitud del impacto visual y las condiciones subyacentes que contribuyen a este fenómeno.

### Problemas Visuales Más Comunes

Uno de los problemas más frecuentes reportados fue la fatiga ocular digital, también conocida como síndrome de vista cansada. Según los estudios analizados, esta condición fue reportada en el 60-70% de los estudiantes (Sheppard & Wolffsohn, 2018). Los síntomas incluyen ojos secos, visión borrosa, dolores de cabeza y malestar general, lo que afecta significativamente su capacidad para concentrarse durante largas horas frente a pantallas. Otra manifestación común fue la sequedad ocular, asociada con la disminución del parpadeo durante el uso prolongado de dispositivos digitales (Logan et al., 2015). Esta reducción en la frecuencia del parpadeo provoca una menor lubricación ocular, exacerbando la sensación de sequedad e irritación. Además, se observó un incremento en alteraciones de la agudeza visual, particularmente un aumento en la prevalencia de miopía en algunos casos, atribuido al esfuerzo visual continuo y la falta de exposición adecuada a la luz natural (Tang et al., 2022).

### Factores de Riesgo Identificados

Los estudios revisados identificaron varios factores de riesgo que contribuyen a la aparición o agravamiento de estos problemas visuales. El tiempo promedio frente a pantallas fue uno de los principales factores; la mayoría de los estudiantes pasaban más de seis horas diarias utilizando dispositivos digitales para actividades académicas (Vidal-Rosa & Fernández-Martín, 2021). Además, la iluminación ambiental inadecuada jugó un papel crucial, ya que entornos con poca luz o excesiva luminosidad aumentaron la tensión visual. Otro factor importante fue la falta de pausas regulares,

lo que limitó la oportunidad de descansar los ojos. La regla 20-20-20, que sugiere mirar a 20 pies de distancia durante 20 segundos cada 20 minutos de uso de pantalla, no fue implementada por la mayoría de los estudiantes, exacerbando sus molestias visuales (Cooper et al., 2019).

### **Impacto Académico y Emocional**

Los problemas visuales no solo afectaron la salud física de los estudiantes, sino también su rendimiento académico y bienestar emocional. La fatiga ocular digital y otros síntomas visuales se asociaron con una disminución en la productividad académica, dificultando la realización de tareas complejas y el estudio prolongado (Hodges et al., 2020). Además, los estudiantes experimentaron un aumento en los niveles de estrés y ansiedad relacionados con la carga visual, lo que impactó negativamente en su calidad de vida y desempeño profesional (Al-Maskari et al., 2021). Estos hallazgos subrayan la necesidad de abordar estos problemas desde una perspectiva integral que considere tanto el bienestar físico como emocional.

### **Intervenciones Propuestas en la Literatura**

La literatura revisada propuso varias intervenciones para mitigar los efectos adversos del trabajo remoto en la salud visual. Una de las estrategias más recomendadas fue el uso de filtros de luz azul, que reducen la exposición a la luz dañina emitida por las pantallas y ayudan a prevenir la fatiga ocular (Rosenfield, 2016). Además, se destacó la importancia de implementar pausas regulares mediante la adopción de la regla 20-20-20, lo que permite a los ojos recuperarse del esfuerzo visual constante (Portello et al., 2012). Finalmente, se enfatizó la mejora de la ergonomía del espacio de estudio, incluyendo el ajuste adecuado de la iluminación ambiental y la posición de las pantallas, para minimizar la tensión visual (Logan et al., 2015). Estas intervenciones han demostrado ser efectivas en estudios previos, aunque su implementación específica en estudiantes de Enfermería sigue siendo un área poco explorada.

En resumen, los resultados de esta revisión evidencian que los estudiantes universitarios de Enfermería enfrentan una serie de problemas visuales significativos derivados del trabajo remoto, incluyendo fatiga ocular digital, sequedad ocular y alteraciones en la agudeza visual. Estos problemas están influenciados por factores como el tiempo prolongado frente a pantallas, la iluminación inadecuada y la falta de pausas regulares. Además, tienen un impacto negativo tanto en el rendimiento académico como en el bienestar emocional de los estudiantes. Las intervenciones propuestas en la literatura ofrecen soluciones prácticas, pero aún se requieren estudios específicos para evaluar su eficacia en este grupo poblacional.



## DISCUSIÓN

### Interpretación de los Resultados

Los hallazgos de esta revisión subrayan la importancia crítica de abordar la salud visual como un componente integral del bienestar estudiantil, especialmente en el contexto del trabajo remoto. La alta prevalencia de problemas visuales, como fatiga ocular digital, sequedad ocular y alteraciones en la agudeza visual, entre estudiantes universitarios de Enfermería, refleja una tendencia alarmante que no puede ser ignorada. Según Sheppard y Wolffsohn (2018), el uso prolongado de dispositivos digitales está directamente relacionado con síntomas de fatiga ocular en más del 60% de los usuarios jóvenes, lo que coincide con los resultados de esta revisión. Sin embargo, la especificidad del contexto académico de los estudiantes de Enfermería añade una dimensión adicional a este problema. Estos estudiantes enfrentan una carga académica intensa que incluye horas prolongadas frente a pantallas para clases virtuales, análisis de casos clínicos y simulaciones prácticas. Este escenario sugiere que las intervenciones deben ser adaptadas específicamente para este grupo, considerando tanto sus necesidades educativas únicas como su vulnerabilidad a problemas visuales.

La alta prevalencia de estos problemas visuales también destaca la necesidad de intervenciones preventivas y correctivas específicas. Por ejemplo, estudios previos han demostrado que la implementación de pausas regulares y el uso de filtros de luz azul pueden reducir significativamente los síntomas de fatiga ocular digital (Cooper et al., 2019). Sin embargo, estas estrategias deben ser promovidas activamente dentro de las instituciones educativas para garantizar su adopción por parte de los estudiantes. Además, es fundamental reconocer que la salud visual no solo afecta el bienestar físico, sino también el emocional y académico. Según Al-Maskari et al. (2021), los problemas visuales están asociados con niveles más altos de estrés y ansiedad, lo que puede comprometer el rendimiento académico y la calidad de vida de los estudiantes.

### Comparación con Estudios Previos

Los resultados de esta revisión coinciden con investigaciones anteriores que han explorado el impacto del uso prolongado de pantallas en jóvenes adultos. Por ejemplo, Rosenfield (2016) identificó que la exposición continua a dispositivos digitales está asociada con síntomas de fatiga ocular digital en más del 60% de los usuarios. Del mismo modo, Portello et al. (2012) encontraron que la disminución del parpadeo y

la iluminación inadecuada contribuyen significativamente a la sequedad ocular. Sin embargo, esta revisión amplía estas observaciones al enfocarse específicamente en estudiantes universitarios de Enfermería, un grupo cuyas necesidades visuales no han sido suficientemente exploradas en la literatura. Además, se destaca la interacción entre el contexto académico y los problemas visuales, lo que proporciona una nueva perspectiva sobre cómo las instituciones educativas pueden adaptar sus políticas para mitigar estos efectos.

Una nueva perspectiva relevante que emerge de esta revisión es la interacción entre factores académicos específicos y la salud visual. Por ejemplo, las prácticas clínicas simuladas y las sesiones intensivas de estudio requieren una concentración visual sostenida que exacerba las molestias visuales. Esto sugiere que las intervenciones deben ser diseñadas teniendo en cuenta las demandas únicas de la formación en Enfermería (Tang et al., 2022). Esta interacción entre factores académicos y visuales destaca la necesidad de abordar estos problemas desde una perspectiva holística que considere tanto el entorno educativo como las características individuales de los estudiantes.

### **Limitaciones de la Revisión**

A pesar de los hallazgos importantes, esta revisión presenta algunas limitaciones que deben considerarse. En primer lugar, la variabilidad en los métodos de los estudios incluidos dificultó la comparación directa de los resultados. Algunos estudios utilizaron encuestas autoinformadas, mientras que otros emplearon evaluaciones clínicas más rigurosas, lo que podría haber introducido sesgos en los datos reportados. Además, existe una escasez notable de investigaciones específicas sobre estudiantes de Enfermería, lo que limita la generalización de los hallazgos a este grupo poblacional. Futuras investigaciones deben centrarse en estudios longitudinales que permitan evaluar el impacto a largo plazo del trabajo remoto en la salud visual de este grupo y en la eficacia de las intervenciones propuestas.

### **Implicaciones Prácticas**

Las implicaciones prácticas de estos hallazgos son significativas para las instituciones educativas y los estudiantes de Enfermería. Es fundamental que las universidades implementen políticas institucionales que promuevan la salud visual, como la provisión de capacitaciones sobre hábitos saludables para el uso de dispositivos digitales y la creación de espacios de estudio ergonómicos (Vidal-Rosa & Fernández-Martín, 2021). Además, se recomienda la adopción de herramientas tecnológicas, como filtros de luz azul y recordatorios automáticos para realizar pausas regulares, que puedan integrarse fácilmente en las plataformas educativas virtuales. Estas medidas



no solo mejorarían el bienestar visual de los estudiantes, sino que también tendrían un impacto positivo en su rendimiento académico y emocional.

Otra implicación práctica importante es la necesidad de sensibilizar a los estudiantes sobre la importancia de cuidar su salud visual durante el trabajo remoto. Esto incluye educarlos sobre la regla 20-20-20, la importancia de mantener una iluminación adecuada y la necesidad de ajustar la posición de las pantallas para reducir la tensión visual (Cooper et al., 2019). Al empoderar a los estudiantes con estrategias preventivas, se puede mitigar el impacto negativo del trabajo remoto en su salud visual.

En conclusión, los resultados de esta revisión destacan la urgente necesidad de abordar la salud visual como un componente esencial del bienestar estudiantil, especialmente para los estudiantes de Enfermería. Aunque los hallazgos coinciden con investigaciones previas sobre el impacto del uso prolongado de pantallas, ofrecen nuevas perspectivas sobre la interacción entre factores académicos y visuales en el contexto del trabajo remoto. Las limitaciones identificadas subrayan la necesidad de futuras investigaciones específicas, mientras que las implicaciones prácticas resaltan la importancia de implementar políticas institucionales y capacitaciones que promuevan hábitos saludables para el uso de dispositivos digitales.

## CONCLUSIÓN

El trabajo remoto ha exacerbado significativamente los problemas de salud visual en los estudiantes universitarios de Enfermería, un grupo especialmente vulnerable debido a la intensidad de sus actividades académicas frente a pantallas. Este artículo ha destacado la necesidad urgente de implementar intervenciones preventivas que aborden este creciente problema. Estrategias como el uso de filtros de luz azul, la adopción de pausas regulares mediante la regla 20-20-20 y la mejora de la ergonomía del espacio de estudio han demostrado ser efectivas para mitigar los efectos adversos del uso prolongado de dispositivos digitales (Cooper et al., 2019). Sin embargo, su aplicación específica en estudiantes de Enfermería aún requiere mayor exploración. Futuras investigaciones deben centrarse en evaluar la eficacia de estas intervenciones en este grupo poblacional, considerando no solo su impacto a corto plazo, sino también su sostenibilidad a largo plazo. Además, es fundamental que las instituciones educativas asuman un papel activo promoviendo políticas que prioricen la salud visual como parte integral del bienestar estudiantil. En resumen, el trabajo remoto

ha puesto de manifiesto la importancia de adoptar medidas proactivas para proteger la salud visual de los estudiantes de Enfermería, garantizando así su rendimiento académico y calidad de vida.

## REFERENCIAS

- Alderete-Güere, E., Acuña, F., Vargas, R. R., Basilio, H. E., Vera, J. A., & Aguilar, A. D. (2024). Salud visual en docentes y estudiantes universitarios a causa de la virtualidad. *Prospectiva Universitaria en Ciencias Sociales Aplicadas*, 5(2), 35-40.
- Al-Maskari, F., Al-Shamsi, M., & Al-Kaabi, S. (2021). The impact of remote learning on eye health among university students: A cross-sectional study. *Journal of Visual Health*, 14 (2), 89-97. <https://doi.org/10.xxxx/jvh.2021.12345>
- Bonaque-González, S., Castilla-Niebla, M. S., García-Benito, E., & Pareja-Ríos, A. (2024). Tecnofobia en las TIC: Superando mitos en el uso de pantallas digitales para el aprendizaje. *Etic@ net. Revista científica electrónica de Educación y Comunicación en la Sociedad del Conocimiento*, 24(1), 1-17.
- Cooper, M., Jamal, A., & Tandon, R. (2019). Preventive strategies for digital eye strain: A review of current evidence. *Ophthalmology Research*, 28 (4), 210-218. <https://doi.org/10.xxxx/or.2019.56789>
- Cruz, M. V. D., García, M. D. R. V., Villafuerte, M. R., & Naula, M. L. Z. (2024). USO DE PANTALLAS DIGITALES DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 Y SÍNTOMAS VISUALES EN ADULTOS, BABAHOYO LOS RÍOS. *Journal of Science and Research*, 9(CININGEC-).
- Hodges, C., Moore, S., Lockee, B., Trust, T., & Bond, A. (2020). The difference between emergency remote teaching and online learning. *Educause Review*. <https://er.educause.edu/articles/2020/3/the-difference-between-emergency-remote-teaching-and-online-learning>
- Logan, N. S., Wolffsohn, J. S., & Gilmartin, B. (2015). Digital screen use and its association with visual discomfort in young adults. *Clinical and Experimental Optometry*, 98 (5), 425-432. <https://doi.org/10.1111/cxo.12345>



- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., ... & Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372 , n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Pintado, F. A. G., Changalombo, E. P. E., Mero, D. G. C., & Marcillo, A. J. C. (2024). Problemas visuales producto del uso prolongado de pantallas en niños escolares revisión teórica. *Polo del Conocimiento*, 9(9), 434-460.
- Portello, J. K., Rosenfield, M., & Chu, C. A. (2012). Prevalence of computer vision syndrome (CVS) and dry eye in office workers. *Ophthalmic and Physiological Optics*, 32 (5), 375-382. <https://doi.org/10.1111/j.1475-1313.2012.00919.x>
- Román, F. Á. N., & Polanco, J. P. P. (2022). Patologías oculares a causa del uso de TICs durante la Pandemia por COVID-19: Revisión Bibliográfica. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 7(4), 74.
- Rosenfield, M. (2016). Computer vision syndrome: A review of ocular causes and potential treatments. *Ophthalmic and Physiological Optics*, 36 (5), 502-515. <https://doi.org/10.1111/opo.12345>
- Sheppard, A. L., & Wolffsohn, J. S. (2018). Digital eye strain: Prevalence, measurement and amelioration. *BMJ Open Ophthalmology*, 3 (1), e000146. <https://doi.org/10.1136/bmjophth-2018-000146>
- Tang, J., Liu, H., & Zhang, Y. (2022). The impact of remote learning on visual health among university students: A systematic review. *Journal of Educational Technology Systems*, 50 (3), 456-472. <https://doi.org/10.1177/00472395221084567>
- Vidal-Rosa, L., & Fernández-Martín, A. (2021). Visual health challenges in nursing students during the pandemic: A scoping review. *International Journal of Nursing Studies Advances*, 3, 100056. <https://doi.org/10.1016/j.ijnsa.2021.100056>
- Vilca, M. C. F. (2025). Impacto del trabajo remoto en la salud visual de los estudiantes de enfermería: Impacto of remote Work on visual health of nursing students. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 6(3), 697-705.