

12 DE AGOSTO DE 2026 | 19:35 h.

ECLIPSE SOLAR TOTAL EN ARAGÓN

Guía de actuación en centros y servicios del IASS
para personas mayores o con discapacidad.

El 12 de agosto de 2026, Aragón será un escenario privilegiado para observar un eclipse solar total al atardecer.

El eclipse se iniciará a las 19:35h aproximadamente (según la ubicación) y durará 1,5 horas.

ATENCIÓN:

La seguridad es la prioridad.

Si no es posible garantizar la seguridad y bienestar de las personas, se debe permanecer en interiores bien iluminados con acompañamiento.



PAUTAS GENERALES PARA LOS CENTROS Y SERVICIOS

Protección y Seguridad Ocular

- ✓ **Gafas homologadas** que cumplan la normativa ISO 12312-2.



Cómo usar las gafas: Poner las gafas antes de mirar al Sol, mirar brevemente unos segundos, observar el eclipse siempre con pausas.

No olvidar revisar las gafas de las personas usuarias.

- ✓ **Uso de instrumentos ópticos, PELIGRO EXTREMO.** Evitar remedios caseros, y no usar prismáticos, telescopios o cámaras.

Proyección indirecta (la opción más segura)

Ver la forma del Sol proyectada.

Hacer un pequeño agujero en una cartulina y deja pasar la luz sobre el suelo o una pared.



Ubicación y Confort

- ✓ **Elección del espacio.** Buscar zonas accesibles y abiertas, con buena visibilidad del horizonte, ya que el eclipse ocurrirá al atardecer.

- ✓ **Prevención frente al calor.** Indumentaria adecuada, protector solar, procurar zonas de sombra para el tiempo de espera previo al eclipse y reforzar los protocolos de hidratación.



- ✓ **Preparación anticipada.** Acomodar a las personas usuarias con tiempo suficiente para que sus ojos se adapten a la luz y se eviten aglomeraciones.

Signos y síntomas visuales

Mirar solo unos segundos repetidamente al eclipse sin protección pueden acumular exposición y generar daño.

¡Atención! Los signos y síntomas de lesiones visuales por un eclipse pueden tardar en aparecer horas o incluso días.

ATENCIÓN A PERSONAS CON NECESIDADES DE APOYO

Prestar especial atención a las personas que presenten mayor vulnerabilidad por su estado de salud, o que por su discapacidad tengan dificultades para comprender, identificar o comunicar síntomas relacionados.



Personas con Movilidad Reducida

- ✓ **Accesibilidad.** Buscar espacios accesibles, sin obstáculos y de fácil evacuación.
- ✓ **Ergonomía.** Los usuarios deben permanecer preferentemente sentados, para mayor estabilidad y seguridad.
Se pueden facilitar sillas reclinables u optimizar la inclinación de las sillas de ruedas adaptadas.

Personas con Deterioro Cognitivo

Los cambios bruscos de luz durante el día pueden generar desorientación.



- ✓ **Anticipación y explicación.** Explicar el fenómeno adaptando la comunicación con palabras sencillas y tranquilizadoras. Concienciar con actividades relacionadas con el fenómeno.
- ✓ **Mantener las rutinas.** Algunas personas necesitan cierta continuidad en los hábitos para su percepción de control y bienestar. Intentar que el ambiente interior del centro se mantenga estable. Encender las luces interiores antes para minimizar el contraste.
- ✓ **Observación indirecta.** Si la persona tiende a quitarse las gafas, no asumir riesgos. Es preferible que siga el evento a través de la televisión o mediante métodos de proyección indirecta.
- ✓ **Acompañamiento emocional.** Existencia de personal de referencia cerca para ofrecer contacto físico tranquilizador y reorientación continua si muestran signos de ansiedad.

Personas con Deficiencias Visuales

El disfrute de un eclipse no es exclusivamente visual; la experiencia sensorial completa es muy enriquecedora.



- ✓ **Acompañamiento narrado:** cómo la luna va cubriendo al sol, la forma que va tomando y las reacciones del entorno.
- ✓ **Sentir cambios ambientales.** Notar cómo desciende la temperatura ambiente y cómo disminuye el ruido de los pájaros o insectos, fenómenos típicos de la totalidad del eclipse.



Precaución ante la existencia de restos visuales.

Las personas con ceguera parcial o restos visuales deben utilizar también las gafas homologadas.

GESTIÓN DE ACTIVIDADES



Reestructuración horaria

Evitar programar salidas rutinarias al exterior sin supervisión directa durante la franja horaria del eclipse.

Actividad terapéutica

Convertir el eclipse en una actividad de estimulación cognitiva e integración social. Días antes, se pueden realizar talleres para fabricar cajas de proyección oscura o hablar sobre eclipses pasados para trabajar la reminiscencia.



Más información:
trioeclipses.es
turismodearagon.com/eclipse-solar-2026



Instituto Aragonés
de Servicios Sociales