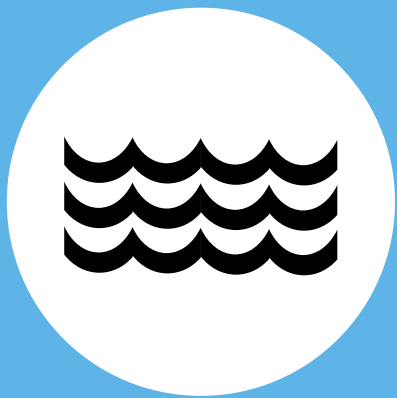
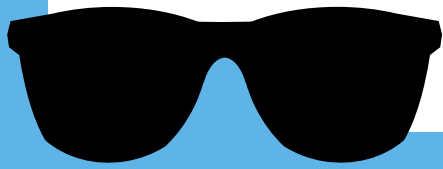


# Salud visual en el verano



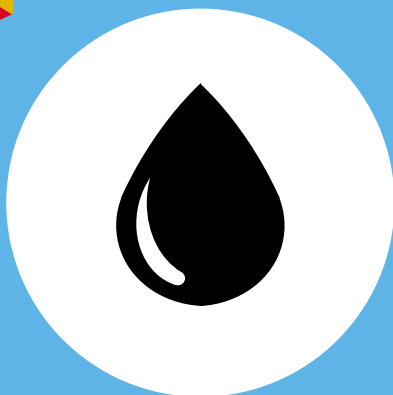
## Si vas a nadar:

Usa antiparras para cuidar tus ojos del cloro y la sal.  
No uses lentes de contacto!!!



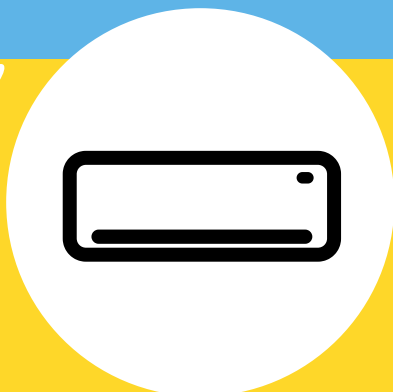
## El sol quema la retina por eso:

Nunca mires al sol, ni siquiera con anteojos.  
Evita largas exposiciones al sol .  
Compra tus lentes en ópticas habilitadas.  
No tomes sol con lentes de contacto puestas.



## La arena, el polvo o incluso algún insecto volador pueden ingresar en los ojos:

Usa solución fisiológica para limpiarlos  
Si aún la molestia persiste concurre urgentemente a un oftalmólogo!!!



## El aire acondicionado reseca tus ojos por eso:

Úsalo entre 21°C y 26°C.  
Usa lágrimas artificiales.  
Realiza mantenimiento del aire acondicionado.

Más info:  [fisicauns](#)



COLEGIO DE ÓPTICOS  
DE LA PROVINCIA  
DE BUENOS AIRES

#AVerqueves