

Vive el verano pero cuida tus ojos

Tu farmacéutico
te ayuda

El sol daña la piel más sensible de nuestro cuerpo: la de nuestros ojos

El 50% de la radiación UV de nuestra vida se absorbe antes de los 18 años

Los daños a largo plazo son debidos a efectos acumulativos de la radiación UV

El sol daña tus ojos

DAÑOS A CORTO PLAZO

- Conjuntivitis
- Queratitis
- Iritación
- Enrojecimiento
- Sensación molesta
- Visión borrosa
- Dolor

DAÑOS A LARGO PLAZO



En la córnea
Queratitis por quemaduras



En la retina
Degeneración macular



En el cristalino
Aparición temprana de cataratas

PON ESPECIAL CUIDADO EN



1
Niños y adolescentes



2
Ojos claros



3
Pacientes con cirugía ocular



4
Actividades al aire libre



5
Exposición en horas de máxima radiación UV (12 a 16 h)



6
Si estás tomando algún medicamento consulta a tu farmacéutico

Protege tus ojos del sol con gafas solares

(No utilices lentes de mala calidad, no filtran la luz ultravioleta)



Cuidados

Lentes sin arañazos
Monturas sin aristas
No deformes las lentes
Filtrado por debajo de 400nm

Usos especiales

Gafas de sol graduadas
Gafas de sol para niños
Gafas de sol polarizadas (en mar y playa)

Recomendaciones

No dejes las gafas en el salpicadero del coche
No uses gafas de "mercadillo"
Revisa tus ojos una vez al año

Etiquetado

(marca CE, norma 1386, categoría del filtro, explicaciones y restricciones de uso,...)

Acude a
**establecimientos
sanitarios**



CONSEJO GENERAL
DE COLEGIOS OFICIALES
DE FARMACÉUTICOS

Vocalía de Farmacéuticos
de Óptica Oftálmica
y Acústica Audiométrica