



PROTECCIÓN DE LOS

# OJOS EN VERANO

*El sol, la pileta y el aire acondicionado son factores que pueden causar problemas oculares, frente a los que debemos tomar medidas.*

# RECOMENDACIONES



Usar antiparras  
en pileta, río o mar



Usar gorras con visera  
al exponerse al sol



En caso de alergias,  
evitar frotar los ojos.



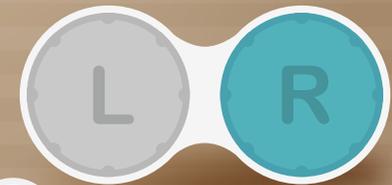
En ambientes  
acondicionados, parpadear  
frecuentemente



Utilizar lentes de  
sol homologados  
con filtros UV



Utilizar lágrimas  
artificiales y/o suero  
fisiológico para combatir  
la sequedad ocular



No nadar con  
lentes de contacto

**PARA TENER  
SIEMPRE PRESENTE...**

- Lavar las manos frecuentemente
- Optar por dietas ricas en vitaminas A, E y C y antioxidantes