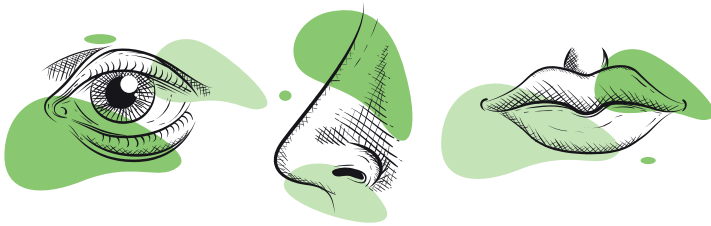


**COVID-19**

**¿Puedo usar Lentes de Contacto?**

Sabemos que las tres puertas de entrada más importantes del COVID-19 son los ojos, la nariz y la boca



Ante esto, no es raro preguntarse **¿Puedo usar Lentes de Contacto?** La respuesta es clara: **UTILIZAR LENTES DE CONTACTO ES SEGURO**, siempre y cuando **extrememos las medidas de higiene.**

Te recordamos cómo debes hacerlo:



No abuses del uso de lentes de contacto, sigue las instrucciones facilitadas por tu optometrista

**Ahora más que nunca...**

**DESINFECCIÓN**

- 1** Lávate las manos **antes y después** de ponerte las lentillas. **Es crucial**
- 2** No debes usarlas más de 8-10 horas al día
- 3** Guárdalas siempre en su portalentillas, cubriendo la lente con el sistema de mantenimiento adecuado. Cambia el portalentillas cada dos meses o cuando este sucio o estropeado. Manténlo siempre limpio para evitar contaminaciones por hongos, etc... Renueva el producto de mantenimiento del estuche tras cada puesta y/o cada día. **¡Actualmente cámbialo más frecuentemente!**
- 4** Usa la solución de limpieza recomendada por tu óptico-optometrista y sigue las instrucciones de uso y almacenamiento
- 5** Nunca uses agua del grifo ni saliva para limpiarlas
- 6** Utiliza lágrimas artificiales sin conservantes para aliviar las molestias derivadas de la falta de humedad ocular. Pregunta a tu farmacéutico
- 7** Nunca duermas con las lentillas a no ser que te lo aconseje tu óptico u oftalmólogo.
- 8** Ponte las lentillas antes de maquillarte, para evitar contaminación
- 9** Si tienes infección o sospecha de tenerla, **NO UTILICES LENTILLAS** y acude al médico
- 10** Sigue las recomendaciones del fabricante sobre la vida útil y la periodicidad de renovación
- 11** No debes utilizarlas para deportes acuáticos, ni en la playa o piscina
- 12** Si sientes dolor, tienes el ojo rojo o experimentas visión borrosa asociados al uso de las lentillas, retíralas y consulta con tu óptico-optometrista
- 13** Revisa tus ojos cada año

Las lentes de contacto son una opción cómoda y segura que te permite ver mejor

En tu óptica te dirán la mejor opción para ti y cómo mantenerlas de forma adecuada

**Cuida tus lentes de contacto y ellas cuidarán de tus ojos**