



Farmacéuticos

Consejo General de Colegios Farmacéuticos

Vocalía Nacional de
Óptica Oftálmica y Acústica Audiométrica

COVID-19

¿Cómo puedo limpiar mis gafas?



Durante este tiempo de pandemia, estamos extremando la higiene, la desinfección personal y la de nuestro entorno. Pero **¿te acuerdas de limpiar tus gafas diariamente? ¿sabes cómo hacerlo?**

Sigue estas sencillas recomendaciones:

1.



Lávate las manos correctamente.

2.



Pon una gota de jabón líquido neutro o de manos en cada cristal.

3.



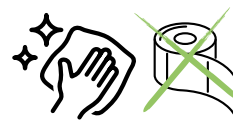
Frota suavemente ambos lados de los cristales y toda la montura.

4.



Enjuaga la gafa y sacúdela ligeramente para eliminar la mayor parte del agua.

5.



Seca la gafa con cuidado con un paño limpio que no deje pelusa o un pañuelo sin costuras. No utilices nunca papel, pues puede arañar los cristales.



Si no dispones de agua y jabón entonces:



Comprueba que no hay polvo o impurezas en las gafas. En caso afirmativo, sacude las partículas antes de limpiar los cristales para evitar rayarlos.



Utiliza una bayeta de microfibra y un spray limpia gafas para dar humedad.



Frota la superficie de los cristales con cuidado.

Estos mismos consejos sirven para limpiar...



las gafas de sol



las gafas de seguridad



y las gafas deportivas.



Además es probable que ahora con el uso de mascarilla se empañen tus gafas, para evitarlo pulverízalas con un spray antivaho.



Recuerda:

Siempre deberías poner y quitarte las gafas **usando las dos manos al mismo tiempo** tratando de no forzar las varillas.



Fuentes:

<https://portalfarma.com/covid-19-lentes-de-contacto>
<https://www.allaboutvision.com/>
<https://cuidatuvista.com/>