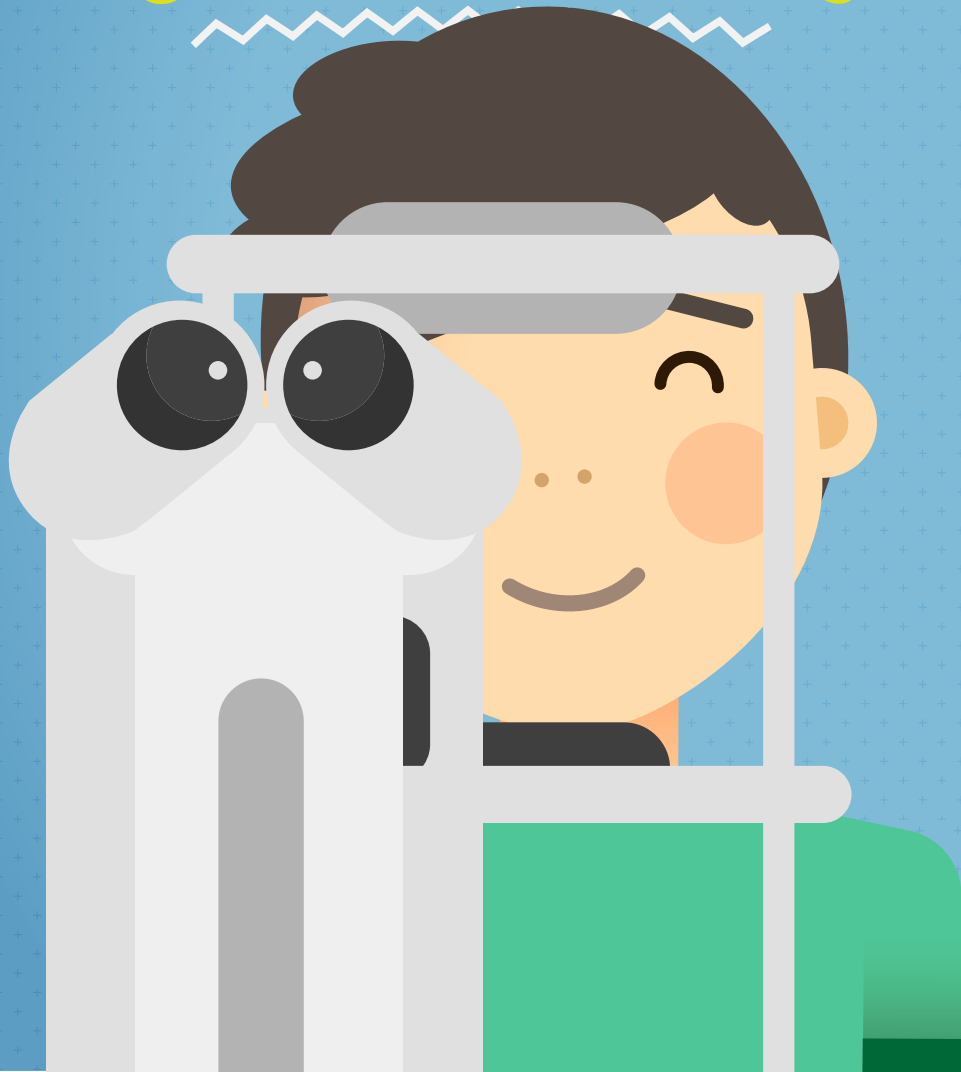


OJOS Y VISIÓN SUS CUIDADOS



EXISTEN DOS FORMAS DE PREVENIR LESIONES Y ACCIDENTES EN LOS OJOS

CONTROLES OFTALMOLÓGICOS

Se recomienda la revisión periódica de los ojos y la realización de controles de agudeza visual (tanto en la infancia como en la adultez), así como también acudir a un especialista ante dolor ocular, visión anómala, etc.



MEDIDAS DE PROTECCIÓN OCULAR EN AMBIENTE LABORAL

- Usar permanentemente sistemas de protección ocular y facial adecuados a las tareas y riesgos asociados
- Disponer de duchas, lavaojos y botiquines con suero isotónico y apósitos

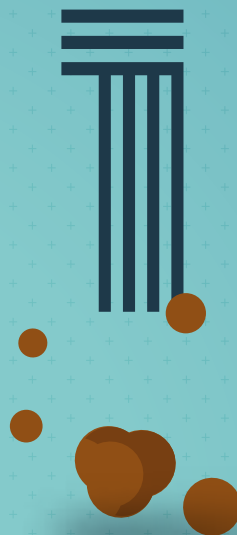


EXTREMAR CUIDADOS EN ACTIVIDADES

- Con luz solar o emisión de gases y partículas
- Con riesgo de golpes, impacto de partículas o contacto con líquidos biológicos contaminados



QUÉ HACER ANTE UN ACCIDENTE O LESIÓN OCULAR



IMPACTO DE ASTILLA O CUERPO EXTRAÑO

- *Evitar frotar el ojo*
- *Lavar el ojo con abundante agua*
- *Si el lavado no elimina el cuerpo extraño, persistiendo el dolor y el enrojecimiento, acudir al oftalmólogo*
- *Evitar utilizar colirio para el lavado ocular y tratamiento de la herida sin indicación previa del especialista*



PINCHAZOS O CORTES

- *Acudir inmediatamente a urgencias*
- *Evitar la manipulación del ojo*
- *No lavar o extraer el objeto clavado*
- *Proteger el ojo lesionado sin oprimir, haciendo cámara con una superficie rígida*



QUÉ HACER ANTE UN ACCIDENTE O LESIÓN OCULAR



LESIONES PRODUCIDAS POR PRODUCTOS QUÍMICOS

- *Suelen ser quemaduras e irritaciones*
- *Lavar el ojo con abundante agua durante más de 15 minutos*
Mantenerlo húmedo, enjugándolo hasta llegar a la consulta médica urgente
- *Si se usa lentes de contacto, no manipularlos, esperar a que salten por efecto del lavado*



CONTUSIONES

- *Aplicar compresa fría o con hielo*
- *Prestar atención a la aparición de hemorragias oculares, alteración de la visión o persistencia del dolor.*
En esos casos acudir a la consulta médica.

