Recomendaciones para el Cuidado de la Vista

Departamento de Salud en la Escuela

¿Cómo puedo cuidar mis ojos?

Control oftalmológico anual.

- Consulte al especialista, ante la presencia de: ojos congestionados, cansancio visual, lagrimeo o dolor de cabeza frecuentes, visión borrosa, manchas de color amarronadas, lunares (que modifican su tamaño) dentro o fuera del ojo.
- Conozca los antecedentes familiares, de padres y abuelos, si tienen o tuvieron alta presión ocular (glaucoma), alguna enfermedad de la retina o son usuarios de lentes.
- Tenga en cuenta antecedentes de Miopías, Hipermetropías, Astigmatismos, ya que hay muchas enfermedades que se heredan.

- El uso de lentes de protección resulta muy importante ya que pueden salvar un ojo.

UnTER + CTERA + CTA de los trabajadores
Unión de Trabajadoras/es de la Educación de Río Negro
Consejo Directivo Central

Avda. Roca, 595 (8332), Gral. Roca – Fiske Menuco, Río Negro
0298-4428100 saludenlaescuela@unter.org.ar www.unter.org.ar