

## Boletín Informativo de la 6ª Delegación Regional del CNOO (Galicia)

### Sumario

Balance del convenio Ollos cos ollos .....	pág. 1
Resumen de prensa .....	pág. 2
Editorial .....	pág. 3
Actualidad profesional .....	pág. 4-5
Entrevista .....	pág. 6
Asesoría jurídica.....	pág. 7
Opinión .....	pág. 8



### El Colegio de Ópticos-Optometristas de Galicia supera las 200.000 interconsultas en materia de revisiones visuales

El Colegio de Ópticos-Optometristas de Galicia ha registrado 200.060 hojas de interconsulta en los centros de óptica de la comunidad, al amparo del convenio Ollo cos Ollos con la Consellería de Sanidade y el Servicio Galego de Saúde de la Xunta de Galicia, desde su puesta en marcha en 2007. El convenio del colegio profesional con Sanidade permite que el médico de atención primaria, o el

en su caso, derive las revisiones visuales a un óptico-optometrista mediante una hoja de interconsulta. En concreto, en el año 2012 se registraron 47.011 interconsultas en toda Galicia.

Según datos que maneja el Colegio de Ópticos-Optometristas de Galicia, se han remitido al especialista un 20,86% de pacientes: “Solo se deriva al especialista uno de cada cinco pacientes que examinamos en

las ópticas; son datos muy significativos que avalan nuestra contribución a la calidad asistencial en este ámbito sanitario”, explica el presidente del Colegio de Ópticos-Optometristas de Galicia, Eduardo Eiroa.

En estos tiempos de austeridad cobra mayor importancia y visibilidad el “aprovechamiento óptimo” de todos los recursos sociosanitarios, algo que los ópticos-optometristas, como profesionales de la salud visual, ya tuvieron en cuenta hace tiempo al comprobar la “saturación irreversible” en las consultas de los oculistas en el sistema público de salud, añade Eiroa. “De ahí que llevemos ya varios años prestando un servicio a la población inmediato y solvente, gracias a la Consellería de



#### Director

Eduardo Eiroa

#### Director Editorial

Ángel Salmador Martín

#### Coordinación editorial

Fernando Pombo Fondevila

#### Colabora en este número

Eva Fernández  
(Vía Láctea Comunicación)

VI Delegación Regional del CNOO  
Pza. Salvador García Bodaño, 2 - 1ªA  
15703 Santiago de Compostela  
(La Coruña)  
Tfno. y Fax: 981 58 07 44

#### Correo Electrónico

dr6@cnoo.es

#### EDITA

##### ICM

Avda. de San Luis, 47  
28033 Madrid  
Teléfono: 91 766 99 34  
Fax: 91 766 32 65  
e-mail: icm@grupoicm.es

Depósito legal:

M-2623-2005

## Ópticos-optometristas gallegos ejercen como voluntarios

El Ideal Gallego.  
Suplemento La Galería  
(10/02/13)

La Fundación Ruta de la Luz tiene como objetivo ayudar a la población menos favorecida de todo el mundo en la mejora de su salud visual, convirtiéndose en referente en materia de ayuda humanitaria en el área de la salud visual en España.

Un buen número de profesionales de la salud visual trabajan en los diferentes proyectos que desarrolla esta fundación de una forma voluntaria, entre ellos algunos ópticos-optometristas gallegos que han viajado

recientemente a países como Mozambique o India para contribuir a la importante labor de ayuda allí realizada.

### Exiliados tibetanos

En los meses de octubre y noviembre del año 2012, la Fundación Cione Ruta de la Luz y la Fundación Casa del Tibet llevaron a cabo una misión óptica en el norte de India destinada a apoyar a la comunidad tibetana en el exilio.

Hasta India viajaron Tania y Carla Roris, ópticos-optometristas de Ópticas Roris (Pontevedra). En las dos



semanas que duró el proyecto practicaron en torno a 800 revisiones visuales, con la ayuda de Pedro Guarddon y Consuelo Torres, cooperantes de Casa del Tibet. En esta ocasión, el público objetivo

de esta campaña se amplió a la población general, además de a estudiantes, que tuvieron la oportunidad de someterse a un examen optométrico y acceder después a gafas correctoras (...).

## Gallegos crean un «software» para clasificar el tipo de ojo seco

Hasta ahora los ópticos-optometristas escogen la opción de forma subjetiva.

La Voz de Galicia  
(11/02/13)

Ninguna lágrima es igual que otra, ya que al menos hay cuatro tipos distintos en función de la cantidad de grasa de la película lacrimal, algo que afecta directamente a la sequedad del ojo y a todas las patologías que se puedan asociar a ella. Hasta ahora, los ópticos-optometristas realizaban de forma subjetiva esta diferenciación para clasificar las diferentes lágrimas, pero desde la Universidade da Coruña están trabajando para conseguir un software que analice y diferencie automáticamente cada gota de agua que emana de un ojo.

El grupo de Visión Artificial y Reconocimiento de Patrones (Varpa) de la Facultade de Informática de la Universidade da Coruña (UDC) colabora en un proyecto del equipo de Investigación en Optometría, dirigido por la catedrática de la Facultade de Óptica e Optometría de Santiago Eva Yedra-Pimentel, y está analizando cientos de imágenes de la superficie ocular (película lacrimal) con el objetivo de "encontrar un sistema objetivo para distinguir los distintos tipos de lágrimas que existen", explicó el profesor Manuel González Penedo, director del grupo de investigación coruñés.



## Uno de cada tres jóvenes será miope por el uso de la tecnología

Isabel Sánchez, vocal de los ópticos-optometristas, subraya que utilizar móviles y ordenadores genera fatiga visual por la radiación que emiten estos aparatos.

El Correo Gallego  
(12/02/13)

El uso diario de las nuevas tecnologías está provocando un aumento en el número de jóvenes con problemas visuales. De hecho, se prevé que en el año 2020 el 33 por ciento de los adolescentes tendrán miopía como consecuencia de la utilización inadecuada de estos aparatos. Así lo ha asegurado a Europa Press la vocal de optometría pediátrica del Colegio Nacional de Ópticos-Optometristas, Isabel Sánchez, quien, además, ha informado que un estudio realizado por

la Universidad de Cambridge (Reino Unido) demuestra que por cada hora a la semana que un niño pasa al aire libre se reduce en un dos por ciento el riesgo de padecer miopía.

"El uso de móviles, tabletas y ordenadores genera síndrome de fatiga visual por la radiación que emiten los aparatos, porque se enfoca directamente sobre una fuente de luz", ha explicado la experta.



# E ditorial

Los establecimientos sanitarios de óptica desarrollan su actividad en un mercado muy saturado en España, en el que rigen las leyes de la libre competencia. Esto quiere decir que las normas que lo regulan favorecen la libertad de ofertas y precios, con el fin de impulsar la competencia y conseguir el menor coste posible para los consumidores a la hora de adquirir productos y servicios. Esto permite que se pueda realizar una publicidad, sobre todo en tiempos de crisis, exclusivamente enfocada en la economía, para tratar de captar clientes y mejorar la cifra de negocio.

Hace muchos años, nuestro colegio profesional, previendo que la competencia comercial podría perjudicar la imagen del óptico-optometrista, introdujo en sus estatutos la obligación de visar la publicidad por el Colegio antes de enviarla a los medios, con el fin de evitar prácticas comerciales que fueran en menoscabo de la profesión.

En la práctica este control no fue efectivo, porque las leyes que regulan la actividad comercial no respaldan que los colegios profesionales puedan supervisar ni la publicidad ni los precios, dejando a estos sin poder para imponer su criterio en este aspecto. Además, se da la circunstancia de que muchas veces los propietarios de las ópticas o de las cadenas de ópticas no son ópticos-optometristas.

La consecuencia es que la publicidad basada prácticamente al cien por cien en la oferta económica en nada beneficia a la imagen del óptico-optometrista, que, por otro lado, hacemos llegar a la población con nuestro buen hacer profesional en el trabajo diario.

La política legislativa en el ámbito comercial pretende que los precios sean los más bajos posibles, en aras de un teórico beneficio para el consumidor; dejando a un lado la calidad en el servicio y el producto. Si nosotros también seguimos ese camino, buscando mejorar de esta forma el volumen de negocio por encima de todo, me temo que lo que se va a conseguir es una pérdida de prestigio profesional y que cada vez sea más difícil vivir de nuestro trabajo.



Eduardo Eiroa

Presidente del Colegio  
de Ópticos-Optometristas  
de Galicia

## El Colegio de Ópticos-Optometristas de Galicia supera las 200.000 interconsultas en materia de revisiones visuales

→ Viene de la página 1

Sanidade y la disponibilidad de las ópticas gallegas repartidas por toda la geografía. Se ha reducido la espera del usuario para graduarse la vista de seis meses a 48 horas de media, evitando los molestos desplazamientos y facilitando el acceso a los exámenes visuales”, concluye.

### Un cómodo examen visual

El procedimiento para realizar un examen visual en los establecimientos ópticos es muy sencillo, ya que el médico de cabecera o pediatra le facilitará a los pacientes la hoja de interconsulta y, con ella, podrá acudir a cualquiera de las ópticas adheridas al convenio con la Consellería de Sanidade (más de 500 establecimientos en toda Galicia).

Los ópticos-optometristas realizan, además de la evaluación del estado refractivo (graduación de la vista), una exploración optométrica completa con diversas pruebas. Una vez efectuada la revisión, se entrega al paciente un informe con los resultados de la exploración para el médico de familia o pediatra,

PROVINCIA	INTERCONSULTAS 2012	INTERCONSULTAS 2007-2012
<b>A CORUÑA</b>	21.535	96.196
Área Sanitaria A Coruña	9.700	43.336
Área Sanitaria de Santiago	4.204	19.229
Área Sanitaria de Ferrol	2.434	16.468
Área Sanitaria de Barbanza	2.238	16.204
Área Sanitaria de Cee	2.959	2.959
<b>LUGO</b>	4.312	20.293
Área Sanitaria de A Mariña	1.861	7.926
Área Sanitaria de Lugo	1.001	10.917
Área Sanitaria de Monforte	1.450	1.450
<b>OURENSE</b>	2.476	16.565
Área Sanitaria de O Barco	192	1.526
Área Sanitaria de Ourense	1.884	10.911
Área Sanitaria de Verín	400	4.128
<b>PONTEVEDRA</b>	18.688	65.006
Área Sanitaria de Salnés	1.230	6.765
Área Sanitaria de Pontevedra	6.388	22.619
Área Sanitaria de Vigo	11.070	35.622

quienes, a su vez, en caso necesario remitirán al paciente a un especialista para su valoración y diagnóstico.

## El Colegio de Ópticos-Optometristas de Galicia alerta del riesgo de utilizar de forma habitual gafas premontadas

Pueden provocar mareos, dolor de cabeza y cansancio en la lectura.



La crisis o el desconocimiento de los usuarios son las razones por las que ha aumentado el uso de **gafas premontadas**. El Colegio de Ópticos-Optometristas de Galicia alerta de que un uso continuado de este tipo de lentes puede acarrear consecuencias graves para la salud visual.

Las gafas premontadas, que pueden adquirirse en diferentes puntos de venta (gasolineras, bazares, Internet) sin ningún control sanitario, suelen utilizarse erróneamente para corregir la presbicia o vista cansada. El presidente del Colegio de Ópticos-Optometristas de Galicia, Eduardo Eiroa, advierte de que “esta especie de gafas no son más que unas lentes de aumento que se fabrican de forma masiva”. Los ciudadanos deben ser conscientes de que, para corregir su vista cansada, “lo mejor es acudir a un profesional de la visión como el óptico-optometrista en busca de la mejor solución individual y personalizada, que nunca será una gafa premontada, sino lentes monofocales, bifocales,

ocupacionales y progresivas, o bien lentes de contacto”, apunta Eiroa.

### Presbicia y gafas premontadas

Las gafas premontadas no son una solución adecuada para la presbicia o vista cansada, que comienza a manifestarse a partir de los 40 años cuando, a consecuencia del envejecimiento, aparecen síntomas como visión borrosa o incómoda al leer o trabajar en visión próxima.

Puesto que la presbicia evoluciona con el tiempo, los ópticos-optometristas recuerdan que “una determinada solución óptica es válida de forma temporal, recomendando revisiones cada dos años de manera rutinaria”.



Según los datos registrados en el convenio **OLLO COS OLLOS**, que el Colegio de Ópticos-Optometristas de Galicia mantiene con la Consellería de Sanidade y el Servicio Galego de Saúde, **un 45,44% del total de la población gallega (1.300.000 gallegos) tiene presbicia. Los establecimientos de óptica han comprobado en las interconsultas realizadas que un 83% de los gallegos mayores de 40 años son présbitas, de los cuales solo un 25% fueron remitidos al especialista.**

El Colegio de Ópticos-Optometristas de Galicia advierte de que las gafas premontadas que se adquieren sin una adaptación previa e individualizada por parte de un profesional óptico-optometrista no son la solución más adecuada para la presbicia, ya que su uso puede acarrear consecuencias perjudiciales para la salud visual. “Las gafas premontadas ayudan a enfocar de cerca, pero son un instrumento para salir del paso. Nunca son las gafas más adecuadas, porque solo un 5% de la población tiene la misma graduación en los dos ojos”, indica Eiroa.



Jaume Pauné.

## Curso sobre el control de la miopía, un problema visual convertido en “epidemia mundial”

El óptico-optometrista Jaume Pauné impartió en marzo este seminario en la sede colegial de Santiago.

El Colegio de Ópticos-Optometristas de Galicia celebró el pasado mes de marzo un curso sobre “Control de la miopía” en la sede que el órgano colegial tiene en Santiago. La jornada formativa, a la que asistieron 33 colegiados, fue impartida por el óptico-optometrista **Jaume Pauné Fabré**, director técnico de Paunévisión, que ofreció a los asistentes una ponencia sobre las bases generales de la miopía, realizando un repaso por sus principales tipos y métodos de control.

Jaume Pauné explicó que actualmente la miopía se está convirtiendo en una “epidemia a nivel mundial”, padecida por más de un 35

por ciento de la población, y alcanzando incluso un 70 por ciento en los países asiáticos. “El problema surge en la cantidad de miopía, por ser una deficiencia progresiva que aumenta el riesgo de padecer glaucoma, desprendimiento de retina o cataratas precoces”, indicó.

Según Pauné, existen diversos sistemas y tratamientos ópticos para tratar y prevenir la miopía. Los métodos más comunes para su control son los refractivos, a través de lentes bifocales, Orto-k o lentes de contacto. Pero uno de los tratamientos no refractivos que se está intentando instaurar en los establecimientos de óptica es la **terapia visual**. Jaume Pauné apuntó que se trata



de una técnica optométrica basada en ejercicios visuales destinados a mejorar ciertas habilidades del sistema visual (las capacidades de estimular o relajar el sistema de enfoque o la mejora de los movimientos de los ojos e, incluso, de los procesos de percepción visual).

Esta terapia está indicada para todas aquellas personas —niños, jóvenes o adultos— que sufren alguna disfunción visual que, con su prescripción óptica adecuada, no se haya podido solucionar completamente o que presenten cualquier tarea visual y que, en consecuencia, tengan un bajo rendimiento escolar o laboral. Esta terapia se suele aplicar para solucionar pro-

blemas binoculares y acomodativos. En los casos de estrabismos donde la cirugía esté indicada, es recomendable realizar terapia visual antes y/o después de la operación para conseguir resultados óptimos.

Pauné dijo que también se emplea para aumentar el rendimiento escolar, laboral y deportivo, mediante la eliminación de las dificultades visuales que interfieren en el aprendizaje, sobre todo de la lectura y escritura. Es recomendable para la recuperación del ojo vago (ambliopía). Pauné manifestó que la terapia visual incluso se aplica para el control de la evolución de la miopía, con el objetivo de frenar o ralentizar su progresión.



*“El convenio con la Consellería de Sanidade ofrece la oportunidad de que los pacientes nos conozcan como profesionales de la visión”*

**1. ¿Por qué decidiste estudiar Óptica y Optometría?**

Desde siempre me gustaron las ramas sanitarias, y, en una visita de orientación universitaria a la Facultad de Óptica en bachillerato, descubrí realmente la labor del óptico-optometrista y me pareció muy interesante. Entonces decidí estudiar Óptica y Optometría.

**2. ¿Qué te parece el giro que toma la diplomatura al adquirir el rango de grado con el Plan de Bolonia?**

Me parece un paso hacia delante necesario, ya que pasa a ser una titulación sanitaria que nos puede abrir nuevas puertas en un futuro y, sobre todo, facilita valorar lo que somos profesionalmente. Además, se trata de un título con reconocimiento europeo.

**3. ¿Qué esperas de la profesión? ¿Cómo ves tu futuro?**

Espero que la profesión me satisfaga tanto personal como profesionalmente. Con respecto al futuro, están los tiempos muy malos, pero espero poder desempeñar mis estudios y que los pacientes estén contentos con mi atención.

**4. Como sabes, hay un Colegio Nacional de Ópticos-Optometristas. ¿Cuál crees que es su función?**

Desde mi punto de vista, la función del Colegio Nacional de Ópticos-Optometrista es defender los



derechos de los profesionales y su labor, legalizando esta y avanzando en ella en nuevos retos.

**5. El Colegio firmó hace varios años un convenio con la Consellería de Sanidade y el Servicio Galego de Saúde para la prevención de los problemas visuales. ¿Cómo valoras este convenio? En tu opinión, ¿qué supone para los profesionales ópticos-optometristas?**

Mi valoración hacia el convenio es positiva. Supone que muchas personas que antes no acudían al óptico-optometrista a graduarse la vista o a cualquier tipo de consulta ahora sí lo hacen, enviadas por el médico de familia. Este acuerdo nos ofrece la oportunidad de que nos conozcan como profesionales de la visión e inspirarles confianza para que en posteriores síntomas

visuales acudan a nosotros. Además, el Servicio Galego de Saúde nos está valorando como entes de la sanidad pública.

**6. ¿Cómo ha resultado la experiencia de participar en las jornadas de puertas abiertas del Día Mundial de la Optometría 2012, dedicado a la presbicia?**

Ha sido una experiencia muy buena que, sin duda, repetiría. Damos a conocer, tanto a la gente que asistía como a través de los medios de comunicación, lo que la presbicia supone y sus métodos de corrección, advirtiendo de que las gafas premontadas no son la solución más adecuada, ya que pueden acarrear consecuencias perjudiciales para la salud visual. Además, promocionamos nuestro trabajo en la salud visual.

# Normas deontológicas

Con frecuencia olvidamos la importancia en cualquier profesión de las normas deontológicas e, incluso, su significado, así como el hecho de que tanto los colegiados ejercientes como los no ejercientes, por el mero hecho de solicitar su colegiación, están aceptando lo regulado en los Estatutos, se declaran conformes con ellos y quedan sometidos a los mismos.

La **deontología profesional** hace referencia a los principios y reglas éticas que regulan y guían una actividad profesional, normas que determinan los deberes mínimamente exigibles a los profesionales en el desempeño de su actividad. Por este motivo, suele ser el propio colectivo profesional quien determina dichas normas y, a su vez, se encarga de recogerlas por escrito; la deontología está orientada

al deber. A día de hoy, prácticamente todas las profesiones han desarrollado sus propios códigos y, en este sentido, puede hablarse de la deontología profesional del óptico-optometrista, que es el conjunto de normas vinculantes para todo el colectivo profesional y que han sido aprobadas por sus profesionales.

Dedico este artículo a la deontología profesional por las quejas de muchos colegiados, llegadas al Colegio Nacional de Ópticos-Optometristas, en relación a los comentarios publicados en una red social por parte de un establecimiento de óptica concreto en nuestra comunidad autónoma, impropio de un verdadero profesional.

Dichos comentarios efectuados en Facebook atentan contra el honorable servicio que se presta desde los esta-

blecimientos de óptica. Cabe recordar, por ello, a aquellos que lo obvian que es obligación ejercer la profesión con probidad, decoro y moralidad, guardando la consideración y respeto debidos a los demás compañeros de profesión; son normas deontológicas que no solo se recogen en los Estatutos y en el Reglamento de Régimen



**Susana García Lema,**  
asesora jurídica de la 6ª  
Delegación del Colegio  
Nacional de Ópticos-  
Optometristas.



Interior del Colegio Nacional de Ópticos-Optometristas, sino que constituyen la base de cualquier profesión. Lo contrario supone un ataque a los intereses colectivos e individuales y, lo que es más grave si cabe, a la imagen de la profesión de cara a la ciudadanía.

Independientemente de la propia conciencia, que debería ser la que rigiera el cumplimiento de los códigos morales, existen los colegios profesionales para promover y defender la deontología, vigilando el cumplimiento de determinados niveles de exigencia de competencia y de calidad en el desempeño del trabajo de sus colegiados. Se busca el equilibrio entre la

ética y/o la moral con un determinado nivel de profesionalidad técnico-científica, y esta doble dimensión ha de tratarse con armonía y equilibrio para mayor dignificación de la actividad laboral, la consideración debida y el respeto y reconocimiento merecidos, por los que durante muchos años se ha luchado desde el Colegio Nacional de Ópticos-Optometristas.

**Si queréis consultar alguna duda a la asesora jurídica del Colegio, podéis enviar vuestras preguntas al correo electrónico: [eva@vialactea.es](mailto:eva@vialactea.es)**





**Carmen Reija López**  
O.C. nº 5.617

Con muchas las ocasiones en que a la óptica acuden pacientes con problemas de diferente etiología. Necesitan la actuación del óptico-optometrista y su orientación. En este sentido, debemos recordar que el ojo es un órgano perfecto, complejo y muy especializado, cuya anatomía y fisiología nos permite ver objetos a diferentes distancias, tener sensación de profundidad, reconocer los colores, etc.

Estas actividades se realizan sincronizadamente, modificando la forma y el tamaño de la pupila, variando la curvatura del cristalino, etc. Todas las estructuras oculares han de encontrarse en buen estado y, aunque son muy resistentes y adaptables, varios problemas les pueden afectar y generar patologías como:

**1. Cataratas**, causadas por la degeneración del cristalino, que pierde su transparencia con los años. Este fenómeno provoca inicialmente visión borrosa y, si no se trata, una pérdida visual total en un tiempo variable. También se presentan en niños de manera congénita, siendo un caso diferente, pues aparecen en el momento del nacimiento.

Podemos prevenirlas incluyendo en nuestra dieta vitaminas A, C y E (antioxidantes muy potentes) presentes en hortalizas y frutas. Se recomienda controlar las enfermedades que incrementan el riesgo de padecerlas, dejar de fumar y usar gafas de sol homologadas que reduzcan la cantidad de luz ultravioleta que llega a nuestros ojos.

## Problemas oculares

**2. Ceguera nocturna**, que provoca dificultades para ver en la oscuridad, especialmente durante la conducción nocturna, y puede venir asociada a fotofobia. Podemos prevenirla consumiendo alimentos ricos en vitamina A.

**3. Conjuntivitis**, inflamación de la conjuntiva debido a diferentes factores (alérgenos, gérmenes, etc.), que casi todos hemos padecido alguna vez. Una alimentación con baja concentración de vitaminas A y B provoca sequedad conjuntival y favorece su aparición o la agrava.

**4. Degeneración macular asociada a la edad**, principal causa de pérdida de visión en las personas de edad avanzada. No causa ceguera total porque se mantiene la visión periférica, lo que permite al enfermo manejarse por sí mismo (comer, pasear, vestirse, etc.). Puede afectar a un solo ojo o a ambos.

Los síntomas no están claros: visión borrosa, líneas onduladas, objetos que parecen torcidos y dificultades para leer el periódico o reconocer la cara de las personas vistas de frente. El tratamiento se dirige a prolongar la visión del paciente; de momento no hay nada que lo elimine completamente. En la variante seca se ha demostrado que los suplementos de altas dosis de vitaminas C y E, minerales como el zinc y betacarotenos disminuyen el riesgo de progresión en etapas intermedias de la enfermedad. Constituye un tratamiento preventivo, pero no paliativo, para esta patología.

**5. Ojo seco**, que va desde simples molestias hasta disminución de la agudeza visual y dolor fuerte que resulta muy incómodo para quienes lo padecen. Una causa puede ser el consumo de ciertos medicamentos (antidepresivos, antihistamínicos, antihipertensivos, etc.).



La edad también es un factor de riesgo, pues los cambios anatómicos y fisiológicos del párpado pueden generar este problema.

**6. Orzuelos**, resultado de la obstrucción, inflamación aguda y posterior sobreinfección de las glándulas del párpado (de Zeiss y Moll), que provoca la formación de un orzuelo externo que drenará hacia el exterior del párpado. La sobreinfección suele ser provocada por la bacteria *Staphylococcus aureus*, presente en nuestra piel y mucosas, que aprovecha la menor oportunidad para multiplicarse exponencialmente. Cuando las defensas se reducen aumenta la predisposición del organismo a contraer infecciones y, entre otras, aparecen los orzuelos.

Se recomienda mantener una limpieza escrupulosa de las manos antes de contactar con el ojo, pues son un foco infeccioso directo, especialmente si se usan lentes de contacto.

**7. Pérdida de la agudeza visual**, que tiene un signo muy claro en la aparición de visión borrosa y otras sensaciones, como la dificultad para reconocer las caras o problemas en la conducción. Un consumo bajo de antioxidantes por seguir una dieta pobre en frutas, verduras, frutos secos, etc., puede contribuir a su padecimiento.

**Si queréis dar vuestras opiniones sobre temas de actualidad de la profesión, podéis enviarlas al correo electrónico [eva@vialactea.es](mailto:eva@vialactea.es) o a través del número 617.639.298**