

Madrid, 5 de mayo de 2020

Sr/a. Presidente/a del Colegio Oficial de Farmacéuticos
C/C: Sr/a. Presidente/a del Consejo Autonómico de Farmacéuticos
Sr/a. Consejero/a del Pleno

Estimado/a Presidente/a:

Desde el Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos seguimos trabajando para elaborar materiales de interés, tanto para farmacéuticos como para población general, en relación a la infección por el nuevo coronavirus SARS-CoV-2 y la COVID-19.

Mediante este escrito te hago llegar una infografía titulada "*COVID-19 ¿Puedo usar lentes de contacto?*" realizada a iniciativa de la Vocalía Nacional de Óptica Oftálmica y Acústica Audiométrica.

Este trabajo incluye las principales recomendaciones relativas al uso seguro y las medidas de higiene a llevar a cabo, además de información básica sobre el manejo de las lentes de contacto que los farmacéuticos comunitarios pueden ofrecer a la población en relación a su uso durante esta pandemia.

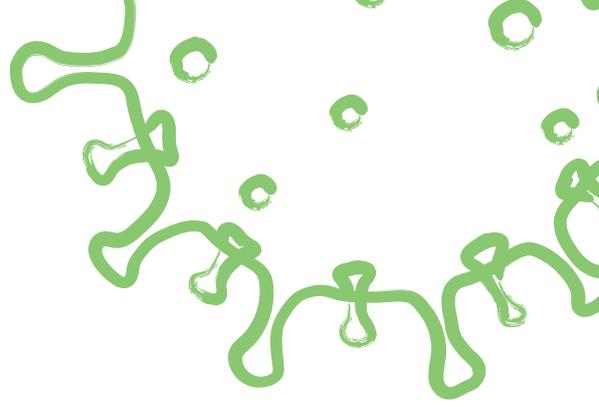
El material está disponible en el espacio en Portalfarma dedicado a la Infección por coronavirus COVID-19 y en el espacio de la Vocalía Nacional de Óptica Oftálmica y Acústica Audiométrica.

Te agradecería que dieras difusión a esta infografía entre tus colegiados y sigo a tu disposición para cualquier cuestión que puedas considerar en relación con este tema.

Un cordial saludo,



Raquel Martínez García



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
- 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