



UNIDAD DE COMUNICACIÓN SOCIAL

Ciudad de México, viernes 19 de junio de 2020
No. 410/2020

BOLETÍN DE PRENSA

Sugieren especialistas del IMSS lavado de ojos con suero fisiológico o lágrimas artificiales para eliminar presencia de virus

- **Para reducir la posibilidad de contagio es importante no frotarlos y usar gafas de protección**
- **Evitar en lo posible uso de lentes de contacto. Si es indispensable portarlos, hay que realizar estricta limpieza de manos antes y después de manipularlos.**

Para reducir la posibilidad de contagios por la vía ocular, especialistas del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) sugirieron que en caso de frotar los ojos es conveniente realizar un lavado con suero fisiológico o lágrimas artificiales (gotas) para eliminar en lo posible la presencia virus.

En este sentido, la doctora Mónica González Espinosa, oftalmopediatra del Hospital General de Zona (HGZ) No. 2 A "Troncoso", comentó que durante la emergencia sanitaria por COVID-19 se ha hablado de la sana distancia, Del uso del cubrebocas, el lavado de manos, pero muy poco del cuidado que se debe de tener con los ojos.

"Si bien es cierto que se ha dicho que no se deben de tocar, también es importante resaltar el no frotarlos, usar gafas de protección, ya sean con graduación o de sol", precisó.

Indicó que si se presentan signos y síntomas de conjuntivitis tras un posible contacto, es recomendable acudir con el médico para ser valorado. "Es importante estar atentos ante la posibilidad de que aparezcan síntomas respiratorios posteriormente", manifestó.

Por su parte, el especialista en cornea, Jaime Álvarez Delegado, adscrito al Servicio de Oftalmología del HGZ No. 2A "Troncoso", subrayó que hay que evitar en lo posible uso de lentes de contacto, pero si es indispensable traerlos, hay que realizar estricta limpieza de manos antes y después de ponerlos o quitarlos.





UNIDAD DE COMUNICACIÓN SOCIAL

Señaló que se debe de tener un estricto cuidado ocular durante el confinamiento, ya que crece la exposición a las pantallas o la lectura. "Permanecer todo el día en casa puede no ser tan favorable para los ojos, ya que los dispositivos móviles son los acompañantes perfectos para el tiempo que vivimos".

El especialista explicó que la sobre carga para los ojos puede ser perjudicial con el paso de los días por el largo tiempo que se pasa frente a la pantalla de la computadora y del celular, ya que puede producir una gran resequedad ocular por la tendencia a disminuir inconscientemente el número de parpados reflejos.

Recomendó descansar cada cierto tiempo, así como parpadear frecuentemente para ayudar al parpadeo reflejo que se ha quedado más lento por efecto de la pantalla.

Añadió que es muy importante que si la persona usa lentes por algún problema de vista se los ponga cuando este frente a la pantalla, ya que muchas veces olvidan usarlos y sólo le dan más trabajo a los ojos.

Álvarez Delgado destacó que otro aspecto que hay que cuidar es la lectura, ya que es un pasatiempo que tienen muchos derechohabientes, por lo que hay que tomar precauciones como contar con la iluminación adecuada, evitar leer con la luz del sol directamente y dejar descansar los ojos de vez en cuando para que se relajen.

---o0o---

