

## **ZEISS VISION CENTER Málaga divulga consejos para que disfrutar del sol, no perjudique a la salud visual**

**ZVC Málaga continúa poniendo en marcha campañas de sensibilización a la población malagueña, en este caso para que el disfrute del sol y de las actividades al aire libre no perjudiquen a su salud visual. Y además, las lleva a la práctica con la combinación de producto en su campaña 'La protección que se adapta a ti' entre las lentes ZEISS SmartLife con la protección que mejor se adapta a cada paciente de entre su amplio portfolio de soluciones con lentes solares**

Según los datos que ofrece la Fundación Vision y Vida, de los 21,6 millones de gafas de sol que se venden al año en España, solo 2,6 millones se venden por el canal óptico. Esto implica que es posible que muchas de ellas lleguen a los ojos del usuario sin una adecuada garantía de protección, puesto que hasta un 14% de los españoles sigue sin asociar la relación entre exposición UV y enfermedad ocular. En este sentido, conviene recordar que cada año, tres millones de personas se quedan ciegas en el mundo debido a la exposición UV. Antes de los 18 años, un menor ya ha recibido hasta el 80% de la radiación de su vida, pero el 42,5% de ellos no usó gafas de sol hasta los cinco años.

El sol es beneficioso para ciertas enfermedades dermatológicas y es imprescindible para la síntesis de la vitamina-D, pero la sobreexposición a esta radiación puede dañar los ojos y la piel que los rodea, causando envejecimiento, arrugas y, en casos severos, cáncer de piel (entre el 5 y el 10% del cáncer de piel se origina en los párpados). A largo plazo, puede causar otras enfermedades oculares, como degeneración macular, fotoqueratitis o cataratas.

Sin embargo, cuando empieza el calor se ha interiorizado la necesidad de utilizar crema solar para proteger la piel, y no tanto los ojos. La radiación UV está siempre ahí, todo el día, todos los días y no afecta solo a la piel. "Con la llegada del sol, y el calor, nuestros ópticos van, en primer lugar a transmitir a los pacientes la necesidad, por salud, de proteger los ojos de la radiación UV, y después, para aconsejarles la mejor solución para ellos, combinando la gama ZEISS SmartLife, para usuarios conectados y en movimiento, que ofrece, como todas las lentes transparentes de ZEISS protección hasta los 400 nanómetros, con nuestra amplia gama de lentes solares", señala José María González Megías, director de ZVC Málaga.

Tomando como punto de partida la realidad que aportan estas cifras de la salud visual, ZEISS VISION CENTER Málaga continúa sus campañas de sensibilización a los malagueños. En este sentido, ha elaborado un decálogo para que los ojos disfruten del sol, sin riesgos.

No sin unas gafas. La protección de los ojos frente a los rayos UV es una necesidad. Igual que se protege la piel del sol, es imprescindible proteger el ojo ante la radiación UV. La radiación solar es acumulativa y sus efectos nocivos se van sumando.

Es fundamental proteger los ojos de los niños ante la radiación UV. Los ojos de los niños tienen un cristalino muy transparente, tienen mayor transparencia y antes de los 18 años ya han recibido el 80% de la radiación que recibirán en toda su vida.

El sol atraviesa las nubes de verano, es necesaria la protección en los días nublados y con niebla. Los rayos solares atraviesan la neblina y por supuesto, el ojo, por lo que en las actividades al aire libre en las horas de mayor incidencia solar siempre se debe ir protegidos.

¿Miope, hipermetrópe, astigmata, presbíta? No importa, protección para todos los ojos. Se debe escoger el filtro solar ZEISS y el tipo de equipamiento en función de tus necesidades y la actividad a realizar. En este enlace se puede consultar el nivel de protección que se necesita. No hay excusa para no usar gafas de sol, ya que existen muchas y muy variadas soluciones para cualquier persona: gafas de sol graduadas, lentes de contacto, gafas de sol deportivas, gafas de montaña o para conducir... Se acabaron las excusas para no proteger los ojos del sol. Quienes acuden a ZEISS VISION CENTER Málaga pueden pedir consejo.

Se debe verificar la calidad del filtro UV de las gafas de sol, y adquirir las gafas de sol en una óptica. Es mejor no llevar nada que unas gafas de sol no homologadas. El uso de lentes oscuras genera la apertura de la pupila, por lo que si el cristal no protege ante los rayos ultravioleta, el ojo permitirá la entrada de una mayor cantidad de radiación.

Es recomendable conocer los cinco filtros existentes y elegir cuál utilizar en cada ocasión para proteger los ojos. En ZEISS VISION CENTER Málaga pueden ayudar.

Al volante, la vista es la vida. Las gafas de sol son imprescindibles para una conducción segura y evitar deslumbramientos.

El filtro UV de las lentillas debe reforzarse con una gafa de sol para conseguir una protección total. A pesar de que muchas lentes de contacto cuentan con protección ante los rayos ultravioleta, es imprescindible utilizar también gafas de sol, ya que el bloqueo de UVA y UVB es completo, no solo en la zona del ojo que cubre la lentilla.

Una buena alimentación mejora el estado de la salud ocular. Al igual que ocurre con la piel, una alimentación sana y equilibrada ayuda a mantener sano el ojo. La vitamina E, que se encuentra en frutos secos o frutos rojos, o la vitamina A, frutas, verduras, hortalizas, ayudan a proteger al ojo, fortalecerlo y evitar el desarrollo prematuro de enfermedades como las cataratas.

Dos ojos, para toda la vida. El incremento de las necesidades visuales y el aumento de la esperanza de vida requiere un cuidado preventivo de la salud visual. La sobreexposición prolongada al sol a lo largo de la vida incrementa el riesgo de desarrollar cataratas, DMAE y otros problemas en la retina. Dado que la esperanza de vida cada vez es mayor, se necesita cuidar mejor el ojo para que acompañe durante todo el camino.

Y para llevar a la práctica este decálogo de consejos, ZVC Málaga acerca esta protección a todos los estilos de vida y a todas las necesidades, proponiendo a sus pacientes la combinación proactiva de las lentes ZEISS SmartLife con el amplio e innovador portfolio de lentes solares ZEISS.

En las soluciones solares ZEISS, los malagueños podrán encontrar una amplia variedad de colores y tonos para estar a la moda. También, lentes solares inteligentes que se adaptan a cualquier condición de luz para asegurar una visión clara y cómoda, coloraciones y tratamientos para condiciones de luminosidad extrema que permiten una experiencia visual única. Además de las lentes envolventes que permiten un rendimiento visual óptimo para los entusiastas del deporte y las actividades al aire libre. ZEISS cuenta con una solución para cada necesidad con productos como ZEISS Duravision Sun UV, ZEISS AdaptiveSun, ZEISS Photofusion X, ZEISS Skylet, SkyPol y Polarizados y ZEISS Sport.

**Datos de contacto:**

Javier Bravo

606411053

Nota de prensa publicada en: [Malaga](#)

Categorías: [Medicina](#) [Andalucia](#) [Bienestar](#) [Servicios médicos](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>