

## **El uso de las lentes de contacto durante el Verano**

### **Recomendaciones y prevenciones para que las lentes de contacto no nos jueguen malas pasadas durante el verano.**

Llegó el verano y con él el calor y las ganas de meternos en la piscina, en el mar, embalses,... sin embargo, en el caso de las piscinas principalmente, las sustancias químicas presentes en el agua suelen ser el origen de patologías y molestias como las conjuntivitis, los ojos rojos o el escozor.

Por ello, desde el Instituto de Oftalmología Avanzada, se recomienda extremar las precauciones en cuanto a higiene y haciendo especial hincapié en los portadores de lentes de contacto.

Como medida más clara de prevención, se recomienda no usar las lentes de contacto para bañarse y en caso de ser imprescindible su uso, hacerlo siempre con gafas de nadar o bucear encima de las lentillas para evitar el contacto directo del agua con los ojos. Además, otra forma más de evitar patologías que pueden llegar a ser graves, es emplear lentes desechables de uso diario que se tiren una vez se han utilizado para bañarse.

El problema no sólo radica en la presencia de cloro u otros agentes limpiadores del agua sino en la existencia de microorganismos, algunos muy agresivos, como la Acanthamoeba.

La infección ocular por Acanthamoeba suele ser muy grave y una amenaza importante para la agudeza visual, llegando en casos extremos a provocar la pérdida total de visión.

La presencia de este microorganismo puede situarse en cualquier tipo de agua por ello, evite el contacto directo de las lentes con el agua de piscinas, lagos,... y, por supuesto, no las limpie nunca con agua o cualquier otro producto distinto del sistema de limpieza que le haya prescrito su contactólogo.

---