

CUIDA TU VISTA

En la nieve, protege tus ojos

Cuando vayas a esquiar, debes prestar mucha atención a las gafas de sol que utilizas. En la nieve se refleja hasta el 80% de los rayos ultravioleta (UV) y una sobreexposición a esta radiación puede producir problemas muy serios de visión. También es importante que tengan un filtro contra la radiación infrarroja para retrasar la aparición de cataratas.

El dato. Según un estudio del Instituto Federópticos y la Fundación Visión COI, el 90% de las máscaras de ventisca, la opción más usada, carece de un filtro contra la radiación infrarroja y su índice de protección solar es insuficiente para días soleados.

