



# DÍA MUNDIAL DE LA VISIÓN

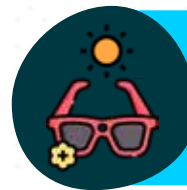
## 12 DE OCTUBRE

El objetivo que persigue este día, es concientizar a las personas sobre los diferentes tipos de afecciones visuales y sus tratamientos, evitando así que el paciente pierda totalmente la capacidad de ver.

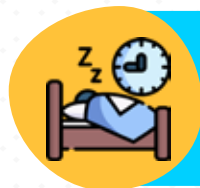


# 5 TIPS

## para cuidar tu visión cada día



Protege tus ojos de los rayos UV.



Duerme entre 7 u 8 horas diarias.



Cuenta con buena iluminación para evitar forzar la vista.



Acude periódicamente con el especialista en el cuidado de los ojos.



Manten una dieta equilibrada en vitamina A, C y E.

Fuente: Organización Mundial de la Salud - OMS