

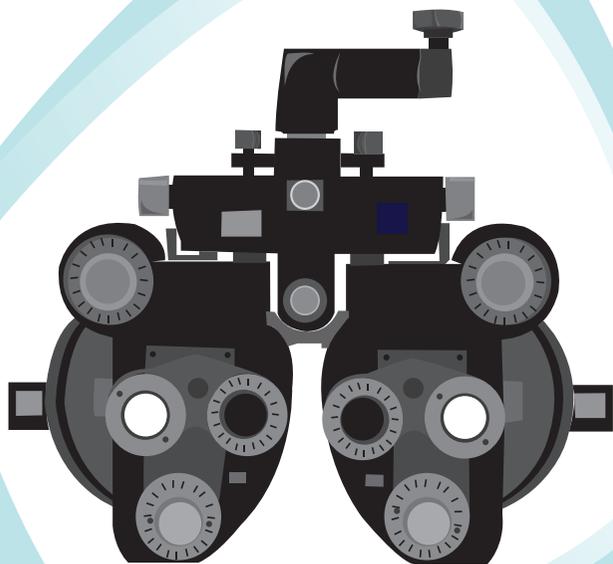
## Orientações sobre prevenção de riscos à saúde

A Coordenação de Vigilância em Saúde - COVISA, da Secretaria Municipal da Saúde, é o órgão responsável por adotar e recomendar medidas para prevenir doenças e promover a saúde da população.

A série Guia do Cidadão Vigilante é um informativo da COVISA que pretende orientar o cidadão sobre as condições que devem ser observadas para utilizar produtos e serviços em nosso dia a dia.

É essencial que você saiba identificar situações que possam oferecer risco à sua saúde, ao adquirir produtos como cosméticos, alimentos, medicamentos e no uso de serviços, como salões de beleza, clínicas médicas, consultórios odontológicos, academias, entre outros.

Conheça alguns cuidados que podem proteger a sua saúde.



## Cuidando de sua Visão

As doenças dos olhos e do sistema visual afetam grande parte da população. Por isso, os exames médicos devem ser realizados regularmente. Só o oftalmologista, que é o médico especializado, pode prevenir, diagnosticar e tratar as doenças dos olhos.

### Óticas

As óticas são os estabelecimentos que comercializam óculos, lentes de contato e demais acessórios e produtos relacionados à visão.

- Ao fazer testes para o uso de lentes de contato devemos tomar certos cuidados para evitar infecções:
  - Lave as mãos antes de colocar ou retirar as lentes de contato;
  - As embalagens devem estar lacradas, e serem abertas na sua presença, sendo jogadas fora após a prova;
  - As óticas que adaptam lentes de contato devem ter pia com sabonete líquido, papel toalha e lixeira com tampa acionada por pedal.



**Nunca faça exames de vista dentro das óticas. Os exames feitos por pessoas não habilitadas podem prejudicar sua visão.**

**Só compre óculos de sol, de grau e lentes de contato em óticas.**