

Pautes per a la vista durant la utilització de pantalles, mòbils i tauletes

Barcelona, 23 de juny. En els últims mesos ha augmentat la nostra exposició a pantalles de televisió, mòbils i tauletes. Ja sigui durant les hores que dediquem a el teletreball o en els moments d'oci és important anar fent pauses periòdiques per relaxar la vista i mantenir-la descansada.

Per minimitzar la fatiga visual que ens poden provocar els dispositius electrònics, mentre treballem hauríem col·locar l'ordinador a uns 40 centímetres de distància, inclinar per evitar els reflexos o baixar la brillantor de la pantalla. Sempre que sigui possible és recomanable la llum solar, no forçar la vista a l'utilitzar el telèfon mòbil i evitar en la mesura del possible l'exposició a fums, aires condicionats o calefaccions que poden aguditzar els símptomes del síndrome d'ull sec.

Sobre Sagrat Cor-Hospital Universitari

Sagrat Cor-Hospital Universitari pertany a la Xarxa Hospitalària d'Utilització Pública (XHUP) des del 15 de juliol de 1985, any de la creació d'aquesta important xarxa sanitària catalana. Fundat entre les dècades dels 60/70 ofereix totes les especialitats medicoquirúrgiques, de les que destaquen cirurgia toràcica, cirurgia cardíaca, neurocirurgia i oncologia, entre d'altres. Desenvolupa activitats assistencials, docents i de recerca. El Sagrat Cor està acreditat com a hospital docent per la Facultat de Medicina de la Universitat de Barcelona i, per a la preparació de metges especialistes (MIR), pel Ministeri de Sanitat. També disposa d'acords amb altres universitats nacionals i internacionals per a formació de pregrau i postgrau.

Per més informació:

Comunicació

Pilar Rosas

93 587 93 93

65 681 16 45