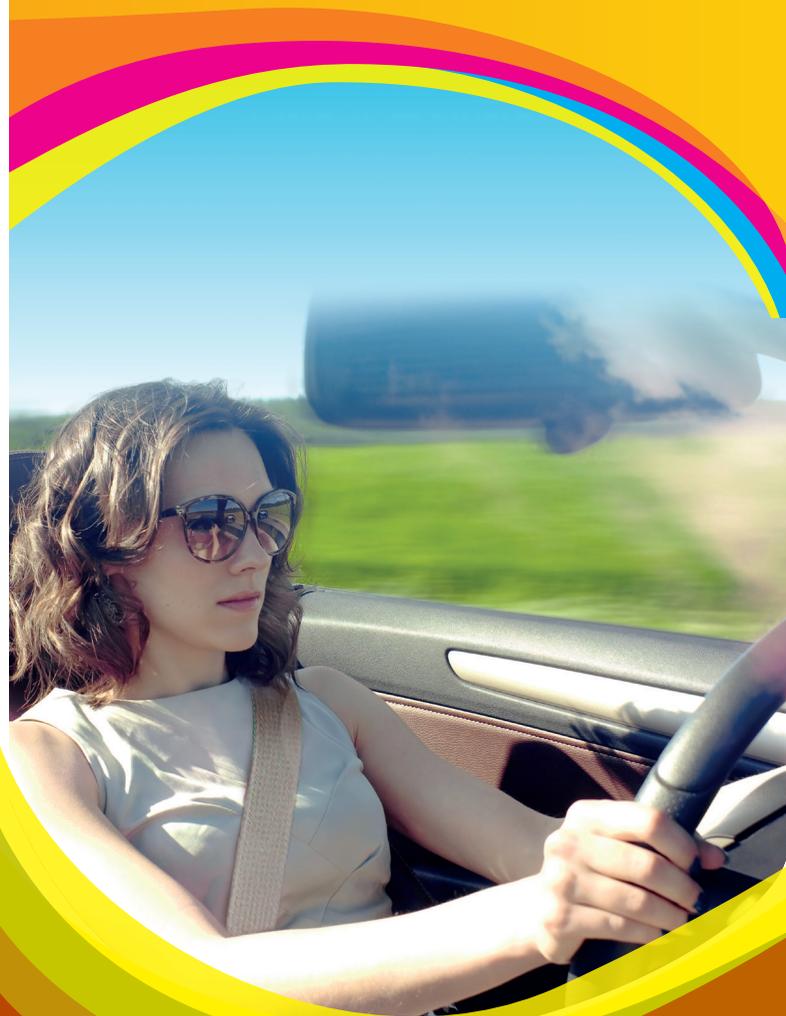


## Consejos para una correcta protección visual del conductor

- ☀ Para conducir protéjase con gafas de sol con filtro solar inferior a la categoría 4.
- ☀ Utilice preferentemente gafas de sol con cristales de color gris, respetan mejor los colores naturales.
- ☀ Las gafas polarizadas evitan los reflejos más molestos del sol y previenen la fatiga ocular.
- ☀ No utilice gafas de sol por la noche, a excepción de las gafas especializadas para conducción nocturna.
- ☀ Si utiliza lentes de contacto, aunque existen con filtro solar, es recomendable el uso añadido de gafas de sol.
- ☀ En el caso de llevar gafas graduadas, es necesario llevar asimismo gafas de sol graduadas, adaptadas a la necesidades de cada uno.
- ☀ Si a pesar de llevar gafas de sol sufre un deslumbramiento mientras conduce no responda frenando bruscamente. Reduzca poco a poco la velocidad hasta que se adecue a las condiciones de visibilidad.
- ☀ No espere a la renovación de su permiso de conducción, hágase una revisión una vez al año.

Información, consejos y videos en la aplicación gratuita de Seguridad Vial del RACE. Disponible para Iphone en el Apple Store y para Android en el Android Market.

## CUIDA TUS OJOS, ELLOS TAMBIÉN CONDUCEN



FUNDACIÓN  
**ALAINAFFLELOU**



FUNDACIÓN  
**ALAINAFFLELOU**

## La importancia de la protección visual

Aunque tenemos mecanismos naturales para protegernos de los rayos del sol, como es la contracción de la pupila o el parpadeo, estos no se activan ante la radiación invisible: rayos ultravioleta (UV) y rayos infrarrojos (IR). Una exposición prolongada a estas radiaciones, sin la adecuada protección, aumenta el riesgo de graves patologías oculares.

## Los hábitos de protección de los conductores

El estudio realizado por el RACE y la Fundación Alain Afflelou entre más de 2.400 conductores evidencia que **el 45% no se protege habitualmente con gafas de sol y 1 de cada 4 conductores ha sufrido una grave situación de riesgo por deslumbramiento mientras conducía.**

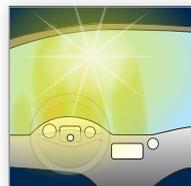
## Situaciones de riesgo más comunes



Riesgo de **Atropello a peatones**



Riesgo en la salida de un **Túnel**



Riesgo de **Salida de la vía**



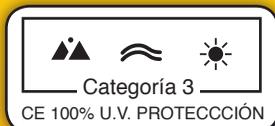
Riesgo de colisión por **Alcance**

## GUÍA DE COMPRA

### ¿Qué debemos saber?

Un establecimiento sanitario de óptica nos garantiza que las gafas cumplen con la normativa de calidad, seguridad y garantía.

El asesoramiento de un óptico-optometrista nos garantiza la compra más adecuada a nuestras necesidades de protección; categoría de filtro, uso, advertencias, etc.



### ETIQUETADO DE LAS GAFAS DE SOL

Categoría • Uso aconsejado • Indicaciones • Conducción

Categoría	Uso aconsejado	Indicaciones	Conducción
0	Luminosidad muy baja		
1	Luminosidad baja		
2	Luminosidad Media		
3	Luminosidad Fuerte		
4	Luminosidad Muy fuerte		

**Grado de protección de la radiación UV (Radiación invisible).**

**Referencia normativa EN 1836:2006.** (Indica normativa de calidad).

**Información del producto:** Nombre y dirección del fabricante, instrucciones de uso, limpieza, mantenimiento y advertencia sobre la protección a radiaciones UV y sobre su uso para la conducción.

**Marcado CE** (Acredita que el producto cumple la normativa de calidad y seguridad)

**Información de la categoría de filtro de color** (Nos informa del nivel de protección y para el uso que están indicadas las gafas de sol).

**No lo dudes, usa siempre gafas de sol homologadas.** El certificado CE en las gafas de sol garantiza la calidad de las lentes. Ponerse unas gafas sin filtro UV homologado conlleva más riesgos que la exposición directa al sol, ya que el color oscuro engaña a la pupila y por tanto aumenta su diámetro, permitiendo el paso de mayor cantidad de rayos.