

## Óculos de sol para bebés: quais os melhores



Proteger os olhos de miúdos e graúdos contra a radiação ultravioleta é fundamental para manter uma visão saudável. O melhor será sempre evitar a exposição solar, quando os raios UV estão mais fortes. Quando isso não é possível, a utilização de chapéus e óculos de sol passa a ser um ótimo aliado na prevenção. Mas sabe quais os **óculos de sol para bebés** mais adequados? O Rodinhas explica-lhe.

Os **óculos de sol para bebés** e crianças ajudam na proteção contra a radiação UV. Esta pode atingir de várias formas a nossa visão. Seja de forma direta, através do sol, ou quando é refletida através de uma qualquer superfície plana, tal como a água, neve ou areia. É também por isso que a natureza ganha um papel importante contra os raios ultravioletas, já que a vegetação absorve, quase na sua totalidade, a radiação.

No entanto, a intensidade da radiação pode variar conforme as horas, a localização e a altitude, pelo que a proteção solar infantil não deve ser descuidada, seja através de **óculos de sol para bebés**, roupa adequada ou chapéus.



Os óculos de sol foram criados enquanto barreira contra a radiação, já que uma exposição prolongada pode levar a alterações na visão, cancro da pele e até a lesões degenerativas da retina. Pelo que, sempre que existirem níveis mais elevados de radiação UV, valores indicados diariamente pelo IPMA (Instituto Português do Mar e da Atmosfera), o uso de **óculos de sol nos bebés** está indicado.

## Quais os melhores óculos de sol para bebés?

Com lentes coloridas ou transparentes, os melhores **óculos de sol para bebés** são aqueles que

oferecem uma proteção UV a 100% e que estão de acordo com a Norma Europeia EN ISO 12312-1:2015 (ou presença da sigla CE).

Sabendo que as crianças são irrequietas por natureza, selecione os óculos mais resistentes com a ajuda de um especialista, sem rebordos que magoem e uma armação ajustada ao tipo de rosto, mesmo que recorrendo a uma fita elástica.

Pode testar as lentes tentando perceber se estas distorcem as imagens. Se isso acontecer, significa que as lentes não são de boa qualidade. No entanto, não se esqueça que a melhor proteção será sempre evitar uma exposição solar significativa entre as 10 e as 16 horas.

## **Apanhe a boleia mais divertida: a do Rodinhas!**

O Rodinhas é um serviço especializado no transporte de crianças que tem dois superpoderes: o superpoder de proporcionar uma viagem segura e divertida às crianças e o superpoder de dar aos adultos mais tempo livre.

Conte connosco para levarmos os mais pequenos à escola, a atividades extracurriculares ou a eventos e ganhe mais tempo para si. Com a ajuda da carrinha de transporte do Rodinhas há mais pais e crianças felizes!