



Fomentos con agua caliente

3 veces al día durante
10 o 15 minutos



Paso 1

Calentar agua limpia
(de preferencia hervida)



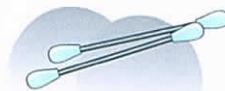
Paso 2

Lavarse las manos



Paso 3

Mojar un pañuelo o toalla y exprimirlo,
aplicarlo en cada párpados con los ojos
cerrados durante 10 o 15 minutos, lo
mas caliente que se tolere



Paso 4

Comprimir la orilla de los párpados
con un cotonete para provocar la
salida de secreción



Paso 5

Hacer espuma con una pequeña
cantidad de shampoo para bebe o
shampoo neutro, y con la espuma lavar
los párpados (con los ojos cerrados).



Paso 6

Enjuagar con agua tibia