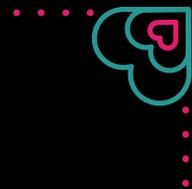




¿ESTÁ TU MIRADA MÁS TERRORÍFICA PREPARADA PARA HALLOWEEN?



Como cada año te ofrecemos lentes de colores en nuestras ópticas! La “Noche de brujas” una fiesta de origen celta, que se ha extendido por todo el mundo prácticamente. La noche de Halloween.

Adultos y niños disfrutarán de esta sana tradición del “truco o trato”, y los disfraces forman parte de esta peculiar fiesta que cada año gana más adeptos.

No dejes de cuidar hasta el último detalle de tu disfraz de esa noche, con tus lentes de contacto de colores y con los efectos más escalofrantes...o simplemente sorprende a todo el mundo con estilo.





LENTES DE COLORES



DISOP

Hidratación	42%
Material	PoliHEMA 50%
Radio	8,60 mm
Diámetro	14,50 mm
Embalaje	2 lentes por caja
Reemplazo	12 meses

DISOP



LENTES CRAZY



LENTES FLASH UV

EFFECTO DIAMANTE



UV azul UV arcoiris

EFFECTO COLOR



UV blanco UV rojo UV gato amarillo UV eclipse UV verde



zombi blanco bruja negra diablo rojo gato negro



orco reptil blanco Manson azul hielo



verde eléctrico azul eléctrico morado gótico rojo eléctrico



ojo de cuervo amarillo disparo de sangre hombre lobo blanco con herida



LENTES FANTASÍA COSMÉTICAS



a 08 a 09 a 020

DESCUBRE
LO NUEVO
DE
TOM FORD



TOM FORD DASHEL TF508



DESCÚBRELAS EN OC

DESCUBRE
LO NUEVO
DE
TOM FORD



TOM FORD ADRIANNE TF517



DESCÚBRELAS EN OC

El 80% de las discapacidades visuales se pueden evitar o curar.

En el mundo hay aproximadamente 285 millones de personas con discapacidad visual --de las cuales 39 millones son ciegas y 246 millones presentan baja visión--, según los datos de la Organización Mundial de la Salud, que advierte de que 80 por ciento del total de estos casos se pueden evitar o curar. Los datos de los últimos 20 años revelan que en muchos países se han logrado progresos importantes en lo que respecta a su prevención y cura, sin embargo los expertos recuerdan que hay que seguir insistiendo en las revisiones periódicas al oftalmólogo.

"No debemos dejar a un lado la salud ocular, debemos acudir al oftalmólogo al menos una vez al año aunque no se sienta ninguna anomalía visual", señala el doctor Fernando Llovet, director médico de Clínica Baviera, con motivo de Día Mundial de la Visión, que se celebra este miércoles 13 de octubre.

"Estos chequeos exhaustivos son fundamentales para poder detectar de forma temprana cualquier problema visual, ya que muchas de las discapacidades visuales son susceptibles de curarse o evitarse si se detectan a tiempo", añade.

El doctor Llovet apuesta por "fomentar que la población asuma la importancia de la prevención y que acudan a las revisiones visuales igual que se acude con frecuencia al dentista; al pediatra o algún otro especialista". "La medicina preventiva se convierte en algo primordial para evitar daños en uno de los sentidos más valiosos para el día a día", apunta.

¿ACUDEN LOS ESPAÑOLES AL OFTALMÓLOGO?

Un estudio realizado Alain Afflelou revela que el 66 por ciento de los españoles antepone las revisiones periódicas de la vista a las de otras especialidades médicas como la salud bucal, la ginecología-urología, el corazón y aparato respiratorio, los oídos, la dermatología, el sistema digestivo o la traumatología que son, por orden, los especialistas de salud más visitados por los españoles de manera periódica.

El estudio también muestra que los hombres superan a las mujeres y siguen manteniendo en primera posición la revisión de la vista en su escala de prioridades. Para la mujer, sin embargo, la visita médica que ocupa el primer lugar es la ginecológica.

Mientras que por edades, el target que más consultas ópticas realiza es el que se concentra entre los 45-50 años, seguido del público de más de 65.

Por el contrario, sorprende que la mayoría de los menores de 7 años no han sido examinados nunca por un óptico-optometrista. Los datos de la OMS muestran que el número de niños en el mundo con discapacidad visual asciende a 19 millones, de los cuales 12 millones la padecen debido a errores de refracción, fácilmente diagnosticables y corregibles.

El estudio también revela que a los españoles les preocupa los problemas visuales que puede provocar la elevada exposición a las pantallas digitales, "un segmento en el que la firma lleva trabajando desde hace tiempo para conseguir paliar los problemas de visión derivados del consumo en exceso de la luz azul", destacan desde la compañía.

Según el estudio, concretamente la mitad de la población está muy o bastante preocupada sobre los efectos en su vista de la exposición a las pantallas de móviles, portátiles, televisiones, e-books o tabletas.

Dos de cada tres mujeres afirman que están preocupadas sobre el efecto de la exposición a diferentes pantallas sobre la salud, frente a un 46 por ciento de los hombres que manifiesta ese mismo grado de preocupación.

QUÉDATE CON LO MEJOR DE LA
Crizal PREVENCIÓN



UN FILTRO INTELIGENTE
PARA TU BIENESTAR Y TU SALUD VISUAL.

- Bloquea la luz azul-violeta nociva y los rayos UV

E-SPF® es un índice de medida de la protección UV total de la lente.
E-SPF® ha sido desarrollado por Essilor Internacional y aprobado por organismos independientes.
Rendimiento de la lente únicamente. El índice E-SPF® excluye la exposición directa del ojo que depende de factores externos (morfología del usuario, forma de la montura, posición de uso).
E-SPF® y E-SPF 35™ son marcas de Essilor Internacional © Essilor Internacional - Septiembre 2016.

Crizal
Vive la claridad

Cada día pasamos más tiempo frente a las pantalla del ordenador, el smartphone, la tablet, la TV...¿Sabías que estos **dispositivos electrónicos emiten la luz azul nociva para nuestros ojos?**

La exposición acumulada a los rayos ultra violeta y la luz azul nociva aumenta el riesgo de daños en la retina y puede provocar el desarrollo de enfermedades oculares.

Por ello, **en Óptica Cervantes te presentamos las nuevas lentes que te ayudarán a proteger tus ojos cada día, Crizal Prevención**, las lentes que te protegen contra los rayos ultra violeta del sol y la luz azul nociva. Además proporciona 25 veces más protección a los rayos UV que si ni llevaras nada.

**Ven a Óptica Cervantes y pregúntanos por Crizal prevención:
Cuidar tus ojos es protegerlos hoy.**

MODELO
RC1046_32W



ROBERTO CAVALLI EYEWEAR
HERENCIA, MODERNIDAD Y ESENCIA.

RC1046_32W

UNA INCREÍBLE INTERPRETACIÓN Y FUSIÓN
DE VARIOS CONCEPTOS: ARTE, JOYERÍA Y DISEÑO ESTRUCTURAL.

EN CONTRASTE CON LA FORMA PILOTO UNISEX, LOS DETALLES
EXTREMADAMENTE FEMENINOS DAN LUGAR A UN LOOK IMPACTANTE.
PIEL SOFISTICADA, PIEDRAS PRECIOSAS Y METAL TRABAJADO CON
EFECTO DIAMANTE CREAN UNA PROPUESTA DE DISEÑO ÚNICA E
INCONFUNDIBLE.

EL DOBLE PUENTE SE CONVIERTE EN UN DETALLE
ARQUITECTURAL QUE REALZA LA BELLEZA DE UNA
ARTÍSTICA OBRA MAESTRA.

Cerrar los ojos:

¿Por qué algunas personas no lo hacen al dormir?

Ver a una persona dormida con los ojos abiertos no es muy común y resulta bastante impactante. Cuando esto sucede, por lo general, los ojos no están abiertos de par en par sino, más bien, entre-cerrados. Lo más habitual es que este cierre palpebral (de los párpados) insuficiente no sea consecuencia de un problema importante, sino una circunstancia debida a que los párpados no llegan a cubrir totalmente el ojo.

Muchos bebés y niños pequeños duermen con los ojos a medio cerrar y, aunque conviene comentarlo con el pediatra, no suele suponer ningún problema y es una característica de su sueño que desaparece con el tiempo.

A veces, lo que sucede es que los ojos quedan abiertos porque la piel del párpado se ha quedado estirada, debido a la postura, pegada a las sábanas, por ejemplo.

El cansancio excesivo también puede hacer que los ojos permanezcan abiertos cuando la persona no está despierta.

Estos episodios de sueño súbito pueden ser causa de accidentes, por lo que es recomendable dormir bien cuando se tiene que realizar una actividad que requiere mucha atención, como conducir.

La lagofthalmia puede ser difícil de diagnosticar, ya que la persona no es consciente de que duerme con los ojos abiertos si nadie se lo dice.

En algunas disciplinas orientales se enseña a sus seguidores a dormir con los ojos abiertos. Esta es una práctica muy aislada, ya que no reporta muchos beneficios y sí puede ir en detrimento de la concentración y el descanso de la persona.

¿Dormir con los ojos abiertos puede ser síntoma de un problema de salud?

En algunas ocasiones, la lagofthalmia nocturna es reflejo de que algo no marcha bien en el organismo. Las causas más frecuentes de esto son:

- Un golpe en la cabeza que ha causado un problema neurológico.
- Una infección bacteriana o vírica, como la queratitis.
- Un problema muscular derivado, por ejemplo, de una parálisis facial.
- Una enfermedad o una herida que afecta a la piel de los párpados.
- Un procedimiento quirúrgico mal realizado (una operación de estética, por ejemplo).
- Una enfermedad de la tiroides (retracción palpebral ocasionada por oftalmopatía tiroidea debida al hipertiroidismo).

¿Qué problemas se derivan de la lagofthalmia?

Los párpados se cierran durante el sueño para permitir el descanso, para proteger los ojos de agentes externos y, también, para cubrirlos de una fina película de lágrimas que los mantiene húmedos y sanos.

Cuando la persona no cierra totalmente los párpados, el sueño puede volverse más ligero, más sensible, por ejemplo, a los cambios de luz.

Además, aumenta el riesgo de que alguna partícula entre en el ojo y lo irrite, ocasionando una conjuntivitis, por ejemplo. Sin embargo, el problema más común derivado de la lagofthalmia nocturna es la sequedad ocular.

Permanecer toda una noche sin hacer un parpadeo completo favorece la aparición del ojo seco, un problema ocular que, a veces, es molesto y doloroso. Además, a largo plazo, puede producir dificultades visuales.

Para prevenir la sequedad ocular debida a estas circunstancias, el especialista de la visión suele recomendar el uso de lágrimas artificiales o de pomadas oculares especiales, cuya función es mantener el ojo convenientemente lubricado. A veces, es recomendable emplear gafas especiales destinadas a impedir que la película lagrimal se evapore durante las horas de descanso.

También es posible corregir la lagofthalmia mediante diferentes tipos de cirugías. En ocasiones, se insertan en los párpados superiores pequeñas piezas de oro o platino destinadas a aumentar el peso de los mismos, para permitir que se cierren mejor.

Sabías que...

En la antigua Grecia se decía que las liebres dormían con los ojos abiertos, pues estaban siempre alerta para escapar de sus enemigos. Por esta razón, la palabra lagofthalmia tiene la raíz griega "lagoos", que significa liebre.

Animales que no cierran los ojos cuando duermen

Existen muchos animales, como los peces, que duermen con los ojos abiertos. Cabe destacar que los delfines duermen con un ojo abierto y otro cerrado. La razón de esto es que necesitan salir a la superficie para respirar y, por eso, no pueden dormirse completamente.

Así, sólo "desconectan" la mitad de su cerebro y cierran un ojo, mientras que la otra mitad y el otro ojo permanecen activos. Cada mitad del cerebro está "conectada" a un ojo y, por eso, durante el sueño, alternan el descanso cerebral y el cierre ocular, en períodos que duran aproximadamente 20 minutos.



Cómo medir la curiosidad SEGÚN EL MOVIMIENTO DE TUS OJOS

Un grupo de científicos americanos reivindica la importancia de la curiosidad como motor del aprendizaje. La curiosidad aumenta nuestra atención y mejora nuestra memoria. Además, cuando sientes curiosidad, miras de una forma especial ¿lo sabías?

¿Qué es la curiosidad? ¿Cómo definirla? Tal y como ha declarado a la agencia de noticias científicas SINC Colin F. Camerer, investigador del área de Humanidades y Ciencias Sociales del Instituto Tecnológico de California (EEUU): “Parece ser un estado mental que aumenta nuestra atención hacia nueva información y también mejora nuestra memoria”.

Dos neurocientíficos de la Universidad de Rochester (EEUU) han reivindicado recientemente en un estudio publicado en la revista Neuron, la importancia de este estado mental. Tal y como ha declarado a SINC Celeste Kidd, coautora del trabajo: “En este momento no es importante establecer una definición sobre la curiosidad, porque es un área nueva de investigación y todavía hay incertidumbre en cuanto a los mecanismos que subyacen”.

La científica propone interpretar la curiosidad en un marco más amplio, como una fuerza motriz que impulsa el aprendizaje y que no se limita exclusivamente a la búsqueda de información.

De acuerdo con estudios llevados a cabo por Camerer con imágenes de resonancia magnética, ante un reto, como puede ser una pregunta para la que se desconoce la respuesta, en el cerebro se activan dos áreas cerebrales: una está relacionada con la motivación y la recompensa y, la otra, con la memoria. Los experimentos demostraron también que, cuando los participantes fallaban una respuesta, la actividad en las áreas de la memoria se incrementaba, como si se preparase para retener la solución correcta.

Esto deja claro que aquello que mueve nuestra curiosidad y nos sorprende estimula nuestra memoria. Según el científico: “La curiosidad es la forma que tiene el cerebro de marcar la información que merece la pena recordar”. Además, este estado mental hace que la memoria funcione con más precisión ya que, en el estudio de Camerer, los participantes que habían manifestado más curiosidad recordaban conceptos con mayor detalle que el resto incluso dos semanas después de haberlos visto.



La curiosidad se nota... en la mirada.

Intentar comprender la realidad no es algo exclusivamente humano, numerosas especies animales como los simios, por ejemplo, muestran rasgos de curiosidad. Tal y como ha declarado Celeste Kidd "Animales tan simples como el *Caenorhabditis elegans*, un gusano cuyo sistema nervioso contiene sólo 302 neuronas, muestran un rudimentario tipo de curiosidad al buscar comida".

Los perros manifiestan la curiosidad moviendo la cola, mientras que los humanos la mostramos mediante nuestros movimientos oculares. Cuando sentimos curiosidad porque estamos en un sitio nuevo, por ejemplo, nuestros ojos se mueven mucho más, probablemente porque nuestro cerebro "necesita" más información para registrar más detalles.

Los animales inteligentes dedican mucho tiempo y energía a explorar y obtener información pero los mecanismos que utilizan para ello han sido poco estudiados. Investigaciones recientes relacionan el movimiento de los ojos y la curiosidad, desde el punto de vista psicológico y neurocientífico.

Estos trabajos ponen de manifiesto que la exploración puede estar guiada por una familia de mecanismos que van desde la atención automática hacia aquello que suscita la novedad o sorpresa, a las búsquedas sistemáticas para el progreso en el aprendizaje y el aumento de la información destinado a satisfacer la curiosidad. Los movimientos oculares reflejan la búsqueda de información visual, lo que sugiere que el sistema oculomotor es un excelente sistema modelo para la comprensión de los mecanismos de información de muestreo.

Una investigación realizada en el Instituto Kavli de Neurociencias de la Universidad Columbia (EEUU) muestra que el deseo de aprender se manifiesta cuando nos hacen preguntas. Los científicos que la realizaron utilizaron una pantalla de ordenador y una herramienta que medía los movimientos oculares. Las personas que participaron en el estudio leían preguntas y tenían que esperar unos segundos hasta que aparecía la respuesta.

Los participantes más curiosos miraban antes hacia el lugar en el que esperaban hallar la respuesta. Basándose en estos resultados, los neurocientíficos han diseñado un algoritmo capaz de predecir lo curiosa que es una persona analizando sus movimientos oculares. Según Jacqueline Gottlieb, investigadora también del Instituto Kavli, el deseo de conocer información activa también las áreas cerebrales relacionadas con los sistemas de atención, ya que influye en los movimientos de los ojos. Sin embargo, según matiza es una vía de estudio que aún no ha sido explorada.





Montblanc Eyewear
Crafted for New Heights

Visit [Montblanc.com](https://www.Montblanc.com)

TENDENCIAS SILMO 2016 MONTBLANC EYEWEAR

Las gafas MB606S presentan un estilo urbano y dinámico. Simples, los refinados detalles caracterizan su línea estilística, haciéndose eco de una elegancia discreta y casual. El frontal cuadrado hace juego con sus finas varillas, que resaltan por una inserción de la piel Montblanc Extreme, resistente al agua, arañazos y fuego, los pequeños detalles de metal y el emblema de la Maison completan el look.

La esencia del diseño de la montura de acetato del modelo MB0618, encarna a la perfección el estilo Montblanc: sofisticado, contemporáneo y atemporal. La silueta cuadrada del frontal y sus anchas varillas resaltan por sus simples y discretos detalles y el prestigioso emblema de Montblanc, símbolo de artesanía, innovación y calidad.

MONT BLANC



DESCÚBRELAS EN OC



¿También tú eres una de esas personas constantemente pegadas a una pantalla?

Si la respuesta es afirmativa, no dejes que esto afecte a tu vista, conoce las nuevas lentes **Eye Protect System de #Essilor** y cómo pueden ayudarte:

La frecuente exposición a los rayos UV del sol y a la luz azul-violeta de las pantallas, así como el aumento de la esperanza de vida hace que nuestros ojos estén cada vez más expuestos a la luz nociva. Es fundamental, por tanto, protegerlos desde muy temprana edad y a lo largo de toda la vida.

En los próximos 30 años, debido al envejecimiento de la población, se espera que se dupliquen los casos de cataratas y degeneración macular asociada a la edad (DMAE).

Las horas que pasamos en interiores han aumentado y, con ello, la exposición a nuevas fuentes de luz artificial (a veces, varias a la vez). Se espera que en el 2020 la luz LED suponga el 70% de todas las fuentes de iluminación. Y no sólo eso, cada día pasamos de media, unas 7 horas frente a una pantalla. La luz visible de los LED y las pantallas de diferentes dispositivos (smartphones, tablets, ordenadores...) tiene un porcentaje mayor de luz azul que las luces naturales.

Eye Protect System, la revolución en la protección frente al UV y la azul-violeta nociva. Para mejorar la visión de todas las personas, Essilor ha lanzado un nuevo referente en lentes oftálmicas. Eye Protect System es la primera lente transparente que integra la protección frente a la luz nociva.

•**Protección frente a los rayos UV.** La nueva lente absorbe eficazmente los rayos UVA y UVB.

•**Protección frente a la luz azul-violeta.** Eye Protect System ofrece hasta tres veces más protección frente a la luz azul-violeta que una lente graduada estándar. Gracias a ello, reduce la degeneración de las células de la retina.

•**Máxima transparencia.** La lente cuenta con absorbentes específicos del color que neutralizan el color residual amarillo resultante de la absorción de la luz azul-violeta.

Y si quieres más...

•**Eye Protect System + Tratamiento Crizal** = protección en ambas caras de la lente.

•El **tratamiento Crizal de Essilor**, potencia aún más los beneficios de Eye Protect System, ofreciendo así una protección UV reforzada. ¿Cómo lo consigue? Eye Protect System está integrado en la lente para absorber la luz nociva UV y azul-violeta y el tratamiento Crizal protege contra los rayos UV por la parte posterior.

•**Eye Protect System + Crizal Prevencia** = cuida más y mejor tu retina.

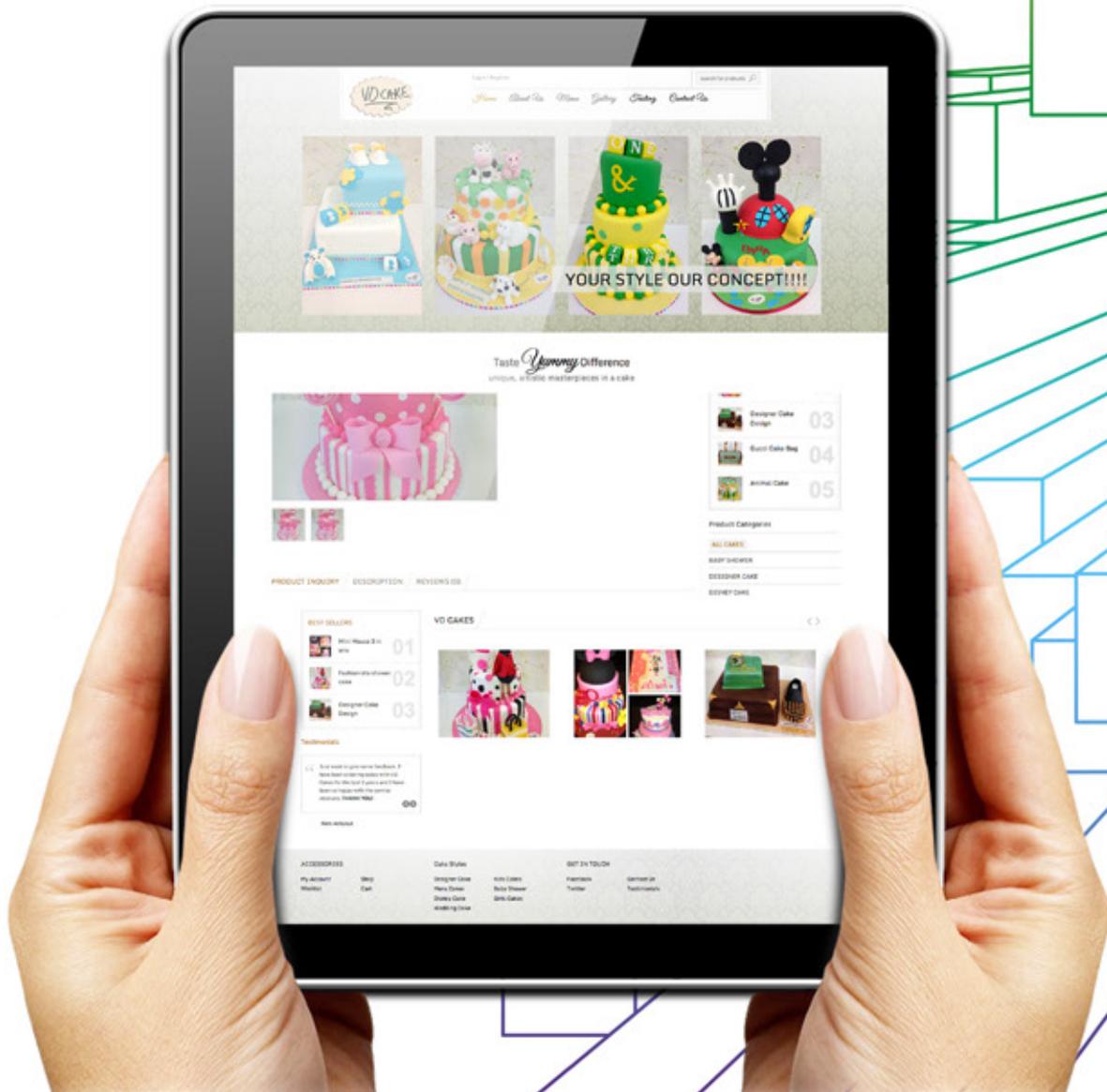
•Expertos de Essilor e independientes han llevado a cabo experimentos fotobiológicos in vitro. De acuerdo con los resultados, las lentes **Eye Protect System con Crizal Prevencia** consiguen una reducción del 35% de la muerte de células de la retina respecto a la ausencia de filtro.

•Esta combinación (**Crizal Prevencia + Eye Protect System**) ofrece una protección dual frente a la luz azul-violeta, bloqueando hasta un 60% más la luz azul nociva que las lentes Crizal Prevencia. La luz azul-violeta es filtrada de forma selectiva gracias a la tecnología Light Scan de Crizal Prevencia y absorbida gracias al Smart Blue Filter de las lentes Eye Protect System.

•**Eye Protect System + Transitions** = máxima protección de tus ojos en interiores y exteriores.

•Estas lentes ofrecen máxima protección a tus ojos en interiores y exteriores. En exteriores porque bloquean los rayos UVA y UVB y hasta el 85% de la luz azul-violeta; y en interiores porque ofrecen una protección hasta 5 veces mayor contra la luz azul-violeta nociva que las lentes estándar.





ITALIA INDEPENDENT



DESCÚBRELAS EN OC

ITALIA INDEPENDENT

Handcrafted in Italy.

THIN ROUND

ONLY 16 GRAMS, INDESTRUCTIBLE.
SHINY FINISHINGS, ROUNDED SHAPES.
FOR A UNIQUE STYLE.



ITALIAINDEPENDENT.COM

Ojos y emociones:

¿cómo funciona el vínculo entre ellos?

Los ojos reflejan las emociones y, por eso, se dice que son el “espejo del alma”. Muchos científicos han llevado a cabo investigaciones con la intención de probar que las miradas esconden la clave de lo que sentimos las personas. En este post hemos recopilado algunos de los más sorprendentes. ¡No te lo pierdas!

Presta atención a dónde miras

Según los expertos en Programación Neuro-lingüística (PNL) los ojos realizan diferentes movimientos dependiendo de la actividad que esté llevando a cabo el cerebro:

Cuando estamos nostálgicos o recordamos algo, los ojos miran arriba a la izquierda.

Cuando tenemos proyectos que nos ilusionan o pensamos en el futuro, los ojos miran arriba a la derecha.

Cuando algo nos preocupa, los ojos miran abajo a la izquierda.

Cuando estamos tristes, los ojos, miran abajo a la derecha.

Cuando estamos nerviosos, los ojos se mueven a todos lados y no se concentran en nada.

Si estás feliz o sorprendido, abrirás más los ojos

De acuerdo con Adam Anderson, neurólogo de la Universidad de Cornell, el grado de apertura de nuestros ojos también revela lo que estamos sintiendo.

Cuando nos sentimos sorprendidos, nuestros ojos se abren de par en par. De este modo, dejan entrar más luz y permiten que el campo visual sea más amplio.

Cuando estamos alegres también tendemos a abrir más los ojos; un estudio de Anderson prueba que los sentimientos de felicidad mejoran la visión periférica. Pero ¡Cuidado!

En estados de felicidad desbordante, como el enamoramiento, por ejemplo, podemos “perder el foco”, tener más distracciones y aumentar, como consecuencia, el riesgo de sufrir accidentes.

Cuando estamos enfadados y preocupados, nuestros ojos se entrecierran para ayudarnos, de alguna manera, a focalizar el problema que ocupa nuestros pensamientos.

¿Amor o sexo? Todo está en los ojos

De acuerdo con un estudio de Stephanie Cacioppo, investigadora de la Universidad de Chicago, los ojos se mueven de una forma distinta cuando se siente amor que cuando se siente deseo.

Cuando sentimos amor, nos fijamos más en la cara de la persona.

Cuando sentimos deseo, prestamos más atención a su cuerpo.

Mensajes ocultos en el iris... y en las pupilas
Un psicólogo de la Universidad de Örebro (Suecia) llamado Mats Larsson sostiene que los patrones de iris reflejan la tendencia genética a tener una u otra personalidad.

Las personas con menos criptas (filamentos ondulados que irradian de la pupila) son cálidas, honestas, confiadas y experimentan emociones positivas con facilidad.

Las personas que tienen más círculos concéntricos alrededor del iris tienen tendencia a ser más nerviosas o impulsivas.

Acércate al espejo y mira tus ojos ¿han acertado contigo?, ¿tienes más criptas o más círculos?

Las pupilas no sólo se contraen o se dilatan ante los cambios de luz, también alteran su tamaño en función de aquello que estamos sintiendo. ¿Lo sabías?

La dilatación pupilar se produce cuando...

Estamos concentrados leyendo algo en el ordenador o viendo nuestra película favorita. La concentración también hace que disminuya la frecuencia de nuestro parpadeo.

Tenemos interés por algo que no tiene que ser necesariamente un estímulo visual: nuestras pupilas se dilatan cuando escuchamos una canción que nos gusta, por ejemplo.

Nos gusta o nos atrae una persona, al agrandar nuestras pupilas permitimos que llegue más luz a nuestra retina y, como consecuencia, vemos mejor aquello que tenemos delante; en este caso, la persona que nos gusta.

Estamos de acuerdo con alguien; la satisfacción de sentirnos comprendidos también hace que nuestras pupilas se agranden.

Sentimos dolor físico; las personas que tienen migraña presentan las pupilas dilatadas.

La contracción pupilar se produce cuando...

Tenemos demasiado trabajo y no sabemos bien por dónde empezar. Es decir: la sensación de agobio nos hace cerrar las pupilas.

Estamos en desacuerdo con algo; sentirnos incomprendidos favorece la contracción de nuestras pupilas.

Nos sentimos tristes. En los malos momentos, entrecerramos los ojos y nuestras pupilas se hacen más pequeñas.

Estamos preocupados. En estas circunstancias nuestros párpados caen sobre los ojos y las pupilas se contraen para focalizar el problema.

Nos sentimos enfadados o decepcionados; perdemos visión periférica y contraemos las pupilas; como si quisiéramos centrarnos más en nosotros mismos.





DESCÚBRELAS EN OC



F
FENDI

Ceguera transitoria: Qué es y por qué se produce.

Algunas personas sufren ceguera transitoria en un momento de su vida. Esta circunstancia poco común puede atender a diversos motivos como, por ejemplo, una obstrucción circulatoria, una infección, una enfermedad autoinmune, un traumatismo y, también, un shock psicológico.

Te explicamos en este post algunas de las razones que pueden estar detrás de su aparición.

Amaurosis fugaz.

Muchos problemas de salud tienen su reflejo en los ojos. La amaurosis fugaz puede ser síntoma de la existencia de un grave problema circulatorio y, por ende, cardiovascular.

La amaurosis fugaz se produce cuando uno o varios de los capilares que irrigan el globo ocular se obstruye, ocasionando pérdida de la visión en un ojo (o en ambos).

Con frecuencia, estos pequeños coágulos causantes de la obstrucción de los capilares que irrigan la retina se han desprendido de otros más grandes. Así, esta pérdida de visión puede ser un síntoma de obstrucción severa en la arteria carótida.

Es fundamental prestar especial atención a este tipo de episodios de pérdida de visión y consultar a un especialista o acudir inmediatamente a un centro sanitario cuando se producen, incluso cuando su duración es breve. Dilatando la pupila y observando el fondo del ojo, el experto podrá saber si se trata de un problema de vista común o si está asociado a algo más grave.

Tienen un mayor riesgo de padecer amaurosis fugaz las personas que sufren enfermedades cardíacas o antecedentes familiares de accidente cerebrovascular, hipertensión arterial, diabetes o colesterol alto. Para prevenir su aparición es recomendable llevar hábitos saludables: seguir una alimentación rica en fibras, frutas y verduras y pobre en grasas, azúcares y comidas procesadas, que favorezca un Índice de Masa Corporal sano y evite la obesidad; no beber habitualmente, no fumar y no consumir drogas.

Ceguera post-traumática

La ceguera cortical post-traumática transitoria aparece, como su propio nombre indica, como consecuencia de un golpe que la persona recibe en la cabeza (habitualmente en la zona occipital o frontal), que tiene respuesta pupilar y fondo de ojo normal.

Con frecuencia, la ceguera post-traumática está asociada a otros síntomas como dolor de cabeza, náuseas, vómitos, confusión, irritabilidad y ansiedad.

Se trata de una ceguera reversible: en todos los casos la persona vuelve a ver en cuestión de minutos o de horas. No es frecuente que ocurra y se puede dar en adultos y en niños.

Neuritis óptica o retrobulbar

Esta ceguera transitoria y repentina es consecuencia de la inflamación del nervio óptico, y puede afectar a un ojo o a los dos. En la mayoría de los casos, es difícil determinar la causa que la ha producido aunque, con frecuencia, está asociada a paperas, sarampión, gripe, diabetes, infecciones bacterianas o virales y, también, al consumo de algunos medicamentos.

A veces, esta inflamación del nervio óptico puede estar ocasionada por una enfermedad autoinmune, como la esclerosis múltiple.

La ceguera transitoria producida por neuritis óptica suele ser el primer síntoma evidente que manifiestan las personas que padecen esta enfermedad crónica. Cuando la neuritis óptica aparece en la edad adulta (con frecuencia entre los 25 y los 30 años), las probabilidades de sufrir esclerosis son mucho más altas que si aparece en la infancia.

Ceguera psicósomática

Esta pérdida de la visión, conocida también como ceguera histérica o nerviosa, no está causada por un daño físico en ninguno de los órganos que intervienen en la percepción visual (desde los ojos hasta la corteza visual, donde se procesan las imágenes).

Se trata, sin embargo, de una alteración neurológica funcional ocasionada por un suceso estresante, de alto impacto emocional -como la muerte de un ser querido o una crisis de pareja-, que afecta al funcionamiento normal del sistema límbico.

Cuando se produce este tipo de ceguera, el cerebro no es capaz de procesar o interpretar las imágenes captadas por el ojo. Es decir, tiene una imposibilidad manifiesta para percibir conscientemente lo que está mirando.

Aunque es muy infrecuente, debido a su impacto dramático, ha sido usada en diferentes manifestaciones artísticas como libros o películas. En el film "Hollywood ending" (Un final made in Hollywood), de Woody Allen, el protagonista sufre este tipo de ceguera por causa del estrés.





Cuidado de la vista durante todo el año: *los mejores consejos.*

Sensibles a los rayos UV, a la luz azul-violeta, al viento (y a las partículas que puede arrastrar), a la calefacción y a los aires acondicionados, entre otras cosas. Nuestro entorno está lleno de riesgos potenciales para los ojos y la visión. Aprender a defenderse de ellos es crucial para mantener una buena salud visual. En este post te enseñamos a proteger tus ojos en cada estación. ¡No te lo pierdas!

Primavera

La estación de las flores... ¡Y del picor de ojos! Se calcula que, en España, entre el 25% y el 30% de las personas tienen alergia a algo; la mitad de ellas (aproximadamente 8 millones), al polen. La alergia es una reacción de hipersensibilidad del organismo hacia algunas sustancias o alérgenos, que desencadena una liberación de histaminas, generando sensación de picor en la piel y los ojos, por ejemplo.

Tus mejores aliados en primavera son las gafas de sol y las lágrimas artificiales. Además de salvaguardar a tus ojos del polen y otros alérgenos, los defienden de los rayos UV. Dado que en esta estación el tiempo es inestable y son frecuentes los cambios de luminosidad, te sugerimos que pruebes las lentes fotocromáticas **Transitions, de Essilor**, capaces de adaptarse a cualquier condición de luminosidad. Las lágrimas artificiales te ayudarán a aliviar tus ojos si se produce una reacción alérgica.

Verano

En los meses estivales los rayos de sol inciden de manera perpendicular sobre la tierra y, por esta razón, tienen más carga de rayos UV.

Debido al calor, en verano es frecuente el uso de ventiladores y aires acondicionados, lo que favorece la sequedad ocular. Las conjuntivitis irritativas debidas, principalmente, al cloro de las piscinas o la sal del mar, también son propias de esta temporada.

Tus mejores aliados en el verano son las gafas de sol y las lágrimas artificiales. Para proteger tus ojos de los rayos UV con todas las garantías, te aconsejamos que compres tus gafas en una óptica.

Si practicas deportes de exterior o conduces habitualmente, te animamos a probar las lentes polarizadas **Xperio, de Essilor**, para protegerte de los reflejos del sol sobre superficies planas como el agua, el asfalto o la pintura de los coches, y tener una mejor percepción de los colores y definición de las formas.

Las lágrimas artificiales te ayudarán a humectar tus ojos si se secan a consecuencia del calor o de los aires acondicionados y, también, a limpiarlos de sustancias irritantes.



Otoño

En otoño pasas más horas en interiores y bajo iluminación artificial. Es muy probable, además, que estés mucho tiempo delante de una pantalla.

Según un estudio del Colegio Oficial de Ópticos Optometristas de Catalunya (COOOC), el 70% de la población sufre el Síndrome Visual Informático (SVI) por culpa de un excesivo uso de pantallas de ordenador, teléfonos móviles, tabletas o e-books.

Tu mejor aliado en otoño son las lentes Eyezen, las lágrimas artificiales y (cómo no) las gafas de sol. Las lentes **Eyezen, de Essilor**, además de proteger tus ojos de los reflejos, los defienden de la luz azul-violeta, implicada en la degeneración de las células de la retina.

Para prevenir el SVI es aconsejable, además, que hagas descansos cuando pases mucho tiempo delante de una pantalla, que te acostumbres a parpadear con frecuencia y que uses lágrimas artificiales, para no sentir sequedad en los ojos. No salgas de casa sin gafas de sol, los rayos UV también llegan a la tierra en los días nublados.

Invierno

Hace frío en exteriores y calor en interiores. El viento frío y las calefacciones aumentan el riesgo de sequedad ocular y te expones a la luz artificial prácticamente todo el día. Si practicas algún deporte al aire libre, notarás como lagrimeas con frecuencia y, si eres usuario de gafas, sentirás que las lentes se te empañan con frecuencia.

Tus mejores aliados en invierno son las lentes **Eyezen, de Essilor**, el tratamiento anti-vaho Optifog, las lágrimas artificiales y (de nuevo) las gafas de sol. Gracias a su tecnología, las lentes Eyezen te aseguran el mejor confort visual en la vida digital.

Las lágrimas artificiales te ayudarán a prevenir la sequedad ocular, causada por una concentración excesiva y la consecuente reducción del parpadeo asociada.

El tratamiento Optiflog mantiene tus lentes libres de vaho, evitando accidentes. Te recordamos, además, que es fundamental proteger los ojos del sol en invierno, especialmente si practicas deportes en la nieve. Las lentes polarizadas Xperio y los espejados de Essilor te ayudarán a tener una máxima calidad de visión y protección ocular.

¿Ayudan las gafas naranjas a dormir mejor?

Diversos estudios han demostrado que la luz que emiten los dispositivos electrónicos, especialmente la parte azul-violeta del espectro, inhibe en el cuerpo la producción de melatonina, una hormona que favorece la aparición del sueño.

Cada vez hay más opciones disponibles para bloquear la luz, aunque los expertos coinciden en que la mejor solución sigue siendo evitar la luz electrónica brillante por la noche.

Un estudio realizado en Suiza, en el que han participado 13 adolescentes, publicado en agosto en el *Journal of Adolescent Health* demostró que, cuando los chicos se ponían gafas con lentes naranjas— conocidas también como bloqueadores de la luz azul-violeta utilizados para prevenir la supresión de melatonina—, por las tardes durante una semana, sentían “significativamente más sueño” que cuando llevaban gafas con las lentes blancas. Los chicos, que miraron a sus pantallas con normalidad antes de ir a la cama, estuvieron monitorizados en laboratorio.

Según los expertos, los adultos pueden estar menos afectados por la luz azul, ya que el cristalino se oscurece con la edad, filtrando mejor el exceso de luz azul. Sin embargo, la luz azul-violeta continúa siendo un problema para la mayoría de las personas.

Un estudio previo realizado sobre 20 adultos de edades comprendidas entre los 18 y los 68 años, demostró que aquellos que llevaban gafas con lentes de tinte ámbar durante tres horas antes de ir a la cama mejoraban su calidad de sueño—considerablemente, en comparación con el grupo de control que llevaba lentes tintadas en amarillo que bloqueaban sólo la luz ultravioleta del sol.

Los dispositivos tales como los Smartphones y las tabletas son a menudo iluminados por diodos emisores de luz, o LED, que tienden a emitir más luz azul-violeta que los incandescentes. Los televisores con retroiluminación LED son otra fuente de luz azul-violeta. Sin embargo, ya que suelen ser vistos desde mucho más lejos que las pequeñas pantallas como teléfonos, sus efectos sobre el organismo pueden ser menores.

Los LED son cada vez más populares en las luces para las habitaciones. Pero, las bombillas de “luz cálida”, con menos luz azul-violeta, siguen siendo una mejor opción que la “luz fría”, a la hora de irse a dormir.

¿Cómo afecta la luz azul-violeta a tu vida?

Los científicos advierten que el exceso de luz azul-violeta puede producir alteraciones en el organismo porque afecta a la producción de melatonina.

La melatonina es una hormona que participa en el funcionamiento del reloj biológico, encargado de regular los ritmos circadianos relacionados con los ciclos de luz y temperatura, marca las necesidades de sueño y vigilia. Los niveles de melatonina son especialmente altos en los primeros años de vida y van descendiendo con la edad. Esto explica que, por regla general, las necesidades de sueño van disminuyendo a medida que la persona se hace mayor.

Debido a sus propiedades, la melatonina en pastillas se usa para paliar los síntomas que produce el jet lag, ya que combate el insomnio. Está comprobado que tener buenos niveles de esta hormona mejora la calidad de vida y reduce el riesgo de padecer enfermedades. Así, la exposición continuada a fuentes de luz azul-violeta repercute de forma negativa en el organismo:

- Afecta a la memoria.
- Dificulta el aprendizaje.
- Reduce la necesidad de sueño
- Aumenta el riesgo de depresión
- Incrementa las probabilidades de sufrir obesidad y diferentes tipos de cáncer (mama y próstata).
- Produce daños en la retina favoreciendo enfermedades oculares como la DMAE (Degeneración Macular Asociada a la Edad)

En Essilor disponemos de lentes diseñadas que bloquean la luz azul-violeta y mejoran la experiencia de tus ojos con las pantallas.

Las lentes Crizal Prevencia bloquean el 20% de la luz azul-violeta nociva, reduciendo el índice de muerte celular en la retina en un 25%. Además, las lentes transparentes Crizal Prevencia integran el tratamiento E-SPF 25, proporcionan 25 veces más protección a los rayos UV que si no llevaras nada.

Las lentes Eyezen están diseñadas especialmente para el uso de pantallas. La tecnología Eyezen Focus reduce la fatiga visual y mejora la legibilidad de los caracteres pequeños. La tecnología Light Scan reduce el deslumbramiento, mejora el contraste y ayuda a prevenir el envejecimiento precoz de tus ojos.





COMBINA

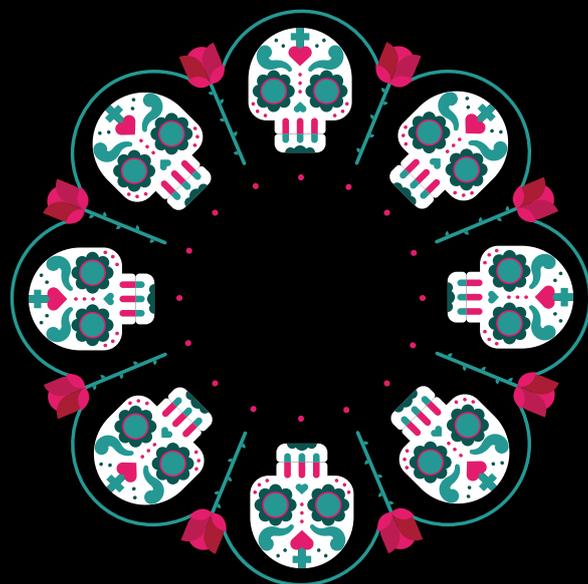
2x97€*
monturas+cristales

*Promoción válida del 1 de Septiembre al 31 de Octubre hasta fin de existencias.
Lentes monofocales orgánicas endurecidas. 3 de cilindro +2 -4 esfera. 2 Gafas de igual graduación.
No acumulable a otras ofertas.

OC
OPTICA CERVANTES

opticacervantes.com

[f](#) [t](#) [g+](#) [p](#) [c](#) [YouTube](#)



OC

OPTICA cervantes

f t g+ p crown YouTube