

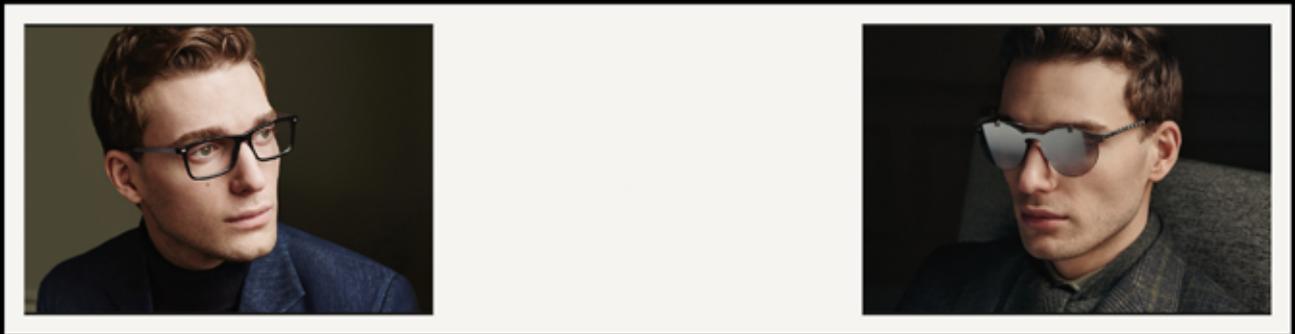
Newsletter
2016 n°51

DICIEMBRE

OC

OPTICA CERVANTES





Ermenegildo Zegna



DESCÚBRELAS EN OC

Ermenegildo Zegna



Modelo EZ0070_01A

Forma redondeada, doble puente de titanio con motivo chevron también presente en las varillas.

Frontal y terminal de las varillas de acetato negro, varillas de titanio color rutenio claro y lente gris oscuro.



DESCÚBRELAS EN OC

¡Gracias a todos por vuestra participación!





¡¿Otro sorteo?!!!

Se nota que se acerca el final de año y las fiestas navideñas, y nos adelantamos al amigo invisible :) Entre todos aquellos que compartieron en Facebook sorteamos... ¡Sí! ¡A Nina Ricci!

Jenny fue la afortunada y vino a nuestra óptica con Sofía :)



markénnovy

La protección de los ojos contra la luz azul, desde una edad temprana, es cada vez más importante

75%

tienen acceso a algún tipo de dispositivo tecnológico¹

72%

de los padres dicen que su hijo ha usado un dispositivo tecnológico¹

65%

usa un dispositivo digital +2h al día²

30%

ha tenido el primer contacto con un Smartphone o dispositivo cuando aún utilizaba pañales³

¹ Rideout, V. "Zero to Eight, Children's Media Use in America 2013". Common sense Media, 2013.

² The Vision Council. "Eyes Overexposed: The Digital Device Dilemma". 2016 Digital Eye Strain Report.

³ Brown, A. et al. "Beyond 'turn it off': how to advise families on media use". The official newsmagazine of the American Academy of Pediatrics. Volume 36, Number 10, October 2015.

OC colabora con: I GALA DE LA MODA ADRA SOLIDARIA

La ciudad de Adra celebró su "I Gala de la Moda 'Adra Solidaria'", un evento organizado por la Asociación de Salud Mental El Timón, en colaboración con el Ayuntamiento de Adra y, cómo no, nosotros no podíamos faltar a este compromiso social.

Podéis ver el vídeo de presentación en el siguiente enlace:

<https://www.youtube.com/watch?v=eG7IU6uam6c>

La gala tuvo lugar en el Centro Cultural de Adra a las 20:00 horas. En este evento se pudo disfrutar de la mejor moda con desfiles, actuaciones musicales y sorteos. Además, todos los asistentes degustaron un cóctel final.





¿A qué velocidad pueden nuestros ojos captar imágenes?

Imagina que te muestran una docena de fotos que se sucede en fracciones de segundo y te piden que identifiques imágenes concretas entre ellas. Podrías pensar que es imposible hacerlo en tan corto periodo de tiempo. Sin embargo, descubrimientos recientes concluyen que la capacidad del cerebro humano para procesar las imágenes es realmente rápida.

De acuerdo con una investigación reciente, llevada a cabo por científicos americanos del MIT (Instituto Tecnológico de Massachusetts, según sus siglas en inglés) y de la Universidad de Pennsylvania, el cerebro es capaz de identificar imágenes en tan sólo 13 milésimas por segundo o milisegundos.

Este estudio, realizado por Mary C. Potter, Brad Wyble, Carl Erik Hagmann y Emily S. McCourt, tenía por objetivo medir la velocidad con la que el cerebro es capaz de captar una imagen y desarrollar un concepto con ella que probase que dicha imagen había quedado registrada.

¿Cómo se ha realizado el estudio?

Para llevar a cabo este trabajo, los investigadores mostraron a los participantes series de seis o doce imágenes sin intervalos pidiéndoles que buscasen en ellas imágenes relacionadas con “un día en el campo” o con “una pareja sonriente”. Para calcular el tiempo que tardaban en hacer una captura visual, las imágenes fueron proyectándose cada vez a mayor velocidad de exposición: de 80 milisegundos a 53, de 40 a 25 y, finalmente, a 13 milisegundos.

Los participantes fueron capaces de encontrar las imágenes que se les pedía a una velocidad de 13 milisegundos, incluso cuando no había manera de predecir su aparición.

De acuerdo con declaraciones de Mary Potter, coautora del estudio, para entender cómo funciona la identificación rápida de imágenes, es necesario considerar diferentes variables que también tuvo en cuenta en equipo del MIT:

De acuerdo con las conclusiones de los investigadores, el cerebro es capaz de extraer el concepto de una imagen expuesta en tan sólo 13 milisegundos, incluso si no hay forma de predecir lo que va a ser mostrado.

“El hecho de que sea posible hacer eso a estas altas velocidades nos indica que lo que hace la visión es encontrar conceptos”, explica Potter. La identificación rápida es un proceso cognitivo que comprende desde el momento en que la información visual llega a la retina hasta que se “traduce” en el cerebro, encargado de establecer parámetros como la forma o el color de dicha información.

El estudio muestra que el flujo de información unidireccional (que va desde la retina hasta el cerebro) es suficiente para identificar imágenes y formar conceptos, sin que sea necesario un proceso de retroalimentación.

Esta conclusión refuerza otra hipótesis sostenida por los investigadores, según la cual, el cerebro es capaz de seguir procesando una imagen mostrada en un tiempo de 13 milisegundos, aunque no la vuelva a ver. “Es necesario que haya algo en el cerebro que mantenga aquella información, al menos, durante ese breve espacio de tiempo”, explica la coautora.

Con el objetivo de comprender mejor la manera en la que el cerebro procesa la información, los investigadores del MIT están llevando a cabo escáners cerebrales que tienen por objetivo identificar qué zonas del cerebro intervienen en la identificación visual.



1001111111
011110100001
01000010010000
0100111111010000

MARNI



DESCÚBRELAS EN OC

MARNI



DESCÚBRELAS EN OC

Derrame ocular, derrame en el ojo o derrame en los ojos es la expresión coloquial que utilizamos para referirnos a una hemorragia subconjuntival o hiposfagma.

Se trata de una patología muy frecuente y generalmente inofensiva.

Un derrame en los ojos es una hemorragia que se produce por debajo de la conjuntiva y ocurre cuando se rompe un pequeño vaso sanguíneo y sangra.

Puede resultar alarmante pero se trata de una situación común y menor que, por lo general, es inofensiva y se cura por sí misma.

No afecta la visión y generalmente no causa dolor. Usualmente, no hay síntomas ni molestias, aparte de la poca estética mancha roja.

Puede suceder sin lesión y, con frecuencia, la persona lo nota primero cuando se despierta y se mira en un espejo y vé que esa zona normalmente blanca del ojo está de un color rojo brillante que irá oscureciéndose y disminuyendo a medida que pasen los días y se vaya reabsorbiendo.

Las hemorragias subconjuntivales también llamadas hiposfagma pueden ser causadas por aumentos súbitos de la presión, como los ocasionados por un estornudo o por una tos violenta.

La hemorragia también puede presentarse en personas con hipertensión, que toman anticoagulantes o con diabetes.

Quién más quien menos, a lo largo de su vida, es más que probable que sufra hemorragias o derrames en los ojos, se trata de un pequeño incidente que sucede cuando se rompe algún pequeño vaso sanguíneo y un poco de sangre se acumula en la conjuntiva del ojo.

Es frecuente también la aparición de derrames oculares tras recibir un golpe o un puñetazo en el ojo y como verás en los comentarios hay bastantes más personas de las que uno se imagina a las que le sucede.

La alarma inicial que crea el despertarse y verse en el espejo el ojo con sangre genera miedo y preocupación perfectamente entendibles y es por eso que debes de saber que la inmensa mayoría de las veces la aparición de derrames en los ojos no suelen ser problemas importantes. Causas de un derrame ocular o derrame en los ojos.

Tratamiento de un derrame ocular

No requieren tratamiento y lo único que se necesita es dejar pasar el tiempo; generalmente entre 3 días y una semana es el tiempo que se necesita para que la sangre acumulada se vaya diluyendo.

En algunos episodios de derrames de gran intensidad puede ser interesante el uso de lágrimas artificiales con el único motivo de aliviar la sensación de roce del párpado contra la zona afectada que está como hinchada.

Resumen derrames oculares

Se trata de una patología muy frecuente y casi siempre inofensiva.

Las hemorragias subconjuntivales también llamadas hiposfagma pueden ser causadas por aumentos súbitos de la presión, como puede ser el caso de un estornudo o de una tos violenta. La hemorragia también puede presentarse en personas con hipertensión, que toman anticoagulantes o con diabetes.

En casos recurrentes es necesario acudir al médico para medir la tensión arterial y proceder a realizar analíticas específicas que descarten una patología sistémica.

En el 90 % de los casos, no se necesita ningún tratamiento, pero la persona debe hacerse revisar la presión arterial de manera regular, ya que la hemorragia subconjuntival generalmente desaparece de manera espontánea en alrededor de una semana.



Sentidos: lo que oyes depende de lo que ves

¿Reaccionas igual cuando escuchas el sonido de un claxon en una película que cuando escuchas ese mismo sonido en la vida real?

De acuerdo con los datos obtenidos en un estudio reciente, la interpretación que hace el cerebro de los sonidos está influenciada por señales provenientes de otros sentidos, que nos ayudan a interpretar lo que escuchamos en cada momento.

En este nuevo estudio, basado en experimentos sobre ratones, los investigadores del Centro Médico de Langone (NYU) liderados por el doctor Kishore Kuchibhotla, encontraron que las células nerviosas que se encargan de recibir la información auditiva, también “tienen en cuenta” otro tipo de informaciones del contexto para, de este modo, ayudar a la persona a interpretar sonidos y responder adecuadamente ante los mismos.

En palabras de Robert Froemke, uno de los autores de la investigación, “La respuesta del cerebro no sólo depende de su capacidad para identificar los sonidos, sino también de la información visual que recibe en el momento en que los oye”.

Así, según este equipo de investigación, las células encargadas de procesar la información procedente de los oídos, situadas en el córtex auditivo, se activan y desactivan por otras células nerviosas que detectan otros datos del contexto. “Nuestro trabajo demuestra cómo el mismo sonido puede significar cosas diferentes dentro del cerebro dependiendo de la situación.

Las personas han aprendido a no alarmarse cuando oyen el sonido de un claxon dentro de su casa, pero se sobresaltan si lo escuchan cuando están cruzando una calle muy transitada”, afirma Froemke.

El grupo de científicos sostiene que, si se demuestra en próximas investigaciones que el cerebro humano reacciona de una manera similar al de los ratones, será posible obtener informaciones precisas sobre comportamientos específicos.

Así, podría explicarse la ansiedad que generan los sonidos del aula cuando se realiza un examen de matemáticas, el estrés post-traumático de un veterano de guerra cuando escucha la explosión de un tubo de escape, y el hecho de que las personas con demencia sean capaces de recordar algunos eventos cuando escuchan una voz familiar o ven la cara de un amigo.

¿Cómo se ha llevado a cabo el trabajo?

Para saber cómo el mismo sonido puede ser percibido de forma diferente por el cerebro, el equipo de investigadores monitorizó la actividad del circuito nervioso de los ratones en situaciones en que los animales esperaban obtener agua como recompensa, tras escuchar una nota musical asociada a ello.

Los investigadores observaron el comportamiento de las células nerviosas cuando los ratones estaban expuestos a estas señales auditivas específicas.

Cada célula nerviosa “decide” si un mensaje sigue circulando por una vía nerviosa o no.

Aquellas que forman parte de los circuitos “excitatorios”, tienen la misión de propagar el mensaje. Mientras que aquellas que forman parte de los circuitos “inhibitorios”, tienen la misión de detenerlo. Así, dependiendo de si se activa un circuito u otro, el sonido será interpretado de una forma u otra.

Los autores del trabajo descubrieron que cuando los ratones escuchaban la nota musical asociada con obtener agua como recompensa, las células excitatorias tenían una actividad catalogada como débil.

Pero, cuando el animal veía el agua, el circuito de estas células aumentaba su actividad, lo que significa que la información que se recibe a través de la vista repercute, de alguna manera, en las células nerviosas del córtex auditivo.

La investigación también puso en evidencia que la activación de los circuitos inhibitorios por un neurotransmisor llamado acetilcolina, tenía un papel relevante en estos cambios.

Algunos estudios en seres humanos han vinculado el agotamiento de la acetilcolina a tasas más altas de la enfermedad de Alzheimer.

Una nueva vía para influir sobre comportamientos tal y como ha declarado Froemke, el equipo de investigación tiene previsto evaluar, en futuros ensayos, la forma en la que las hormonas noradrenalina y dopamina afectan a las neuronas de la corteza auditiva en diferentes situaciones.

“Si averiguamos de qué manera interactúan algunas hormonas y la actividad cerebral en función de la percepción del contexto, seremos capaces de investigar rutas específicas tanto inhibitorias como excitatorias para cambiar e influir sobre comportamientos”, explica el autor del estudio. Esto permitirá atajar la ansiedad asociada a sonidos y, también, aprovechar los sentimientos placenteros que aportan algunos recuerdos.



Consejos visuales ergonómicos.

Las posturas, distancias, iluminación, hábitos y morfología en las aulas y en el hogar juegan un papel muy importante en el desarrollo visual del niño. Tanto, que si los lugares de estudio no cumplen unas determinadas condiciones podrían provocar la aparición de determinados síntomas que originen un principio de fracaso escolar.

A continuación proporcionamos una serie de consejos para la correcta adaptación del niño en el aula o en el espacio donde se desarrollen tareas relacionadas con la visión cercana, como el estudio o la lectura.

Con estas recomendaciones estaremos evitando o retrasando la aparición de síntomas frecuentes como la sensación de ojos tensos, visión cercana borrosa, dolor de cabeza, ojos secos o irritados, dolor de cuello y espalda o sensibilidad a la luz, entre otros.

1. No debes acercarte en exceso al leer ni escribir, ni ladear o girar tu cabeza o espalda.
2. No leas o estudies cuando estés demasiado cansado o a punto de dormirte. Tampoco leas o estudies nada más levantarte por la mañana, espera al menos una hora si es posible.
3. Para facilitar una buena postura al leer o escribir es conveniente que el plano de la mesa tenga una inclinación de unos 20 grados.
4. A la hora de estudiar con el ordenador: Los ojos deben estar a una distancia de la pantalla aproximada de entre 40 y 60 cm.

La pantalla debe ser configurada con unos valores de luminosidad y contraste adecuados.

La pantalla no debe estar ni muy alta ni muy baja. La zona superior de la pantalla a la altura de los ojos.

5. Siempre es recomendable la luz natural en el entorno de estudios aunque se debe evitar que la luz del sol incida directamente en los ojos.
6. No se recomienda el uso de luces artificiales demasiado brillantes, ya que puede originar reflejos perjudiciales.
7. Usa una iluminación general en la habitación, y otra centrada en la tarea que realizas de cerca, a través de una lámpara de escritorio, pero que no te deslumbre (los diestros a su izquierda, y los zurdos a su derecha).
8. El uso de un atril o un soporte favorece el trabajo simultáneo de lectura en papel y ordenador al reducir los saltos de mirada y acomodación entre ambas tareas. Además, relajará la zona del cuello, evitando así dolores en esa zona del cuerpo.
9. Para evitar reflejos y deslumbramientos, las mesas no deben estar colocadas ni enfrente ni detrás de las ventanas. Cuando los reflejos del sol no sean evitables con un cambio de posición, es recomendable utilizar persianas, preferiblemente del tipo venecianas.
10. Los profesionales sanitarios de la visión recomiendan tener presente la regla 20-20-20. Es decir, relajar la vista 20 segundos cada 20 minutos, mirando hacia algo que esté al menos a 20 pies (6 metros aproximadamente).

11. Conviene parpadear con frecuencia para buscar una mayor hidratación y evitar la sequedad ocular, sobre todo en usuarios de lentes de contacto.

12. Si se utilizan gafas para tareas de interior, es recomendable especialmente la utilización de vidrios anti-reflejantes de buena calidad que proporcionan un mayor confort visual.



MEJOR ILUSIÓN ÓPTICA DEL 2016

Lo que crees ver mover, no se mueve The Illusion Contest, un concurso de ilusiones ópticas organizado por The Neural Correlate Society, una sociedad que promueve la investigación científica sobre los correlatos neurales de la percepción y la cognición.

Mathew Harrison y Gideon Caplovitz, de la Universidad de Nevada Reno (EEUU), se basaron en los filtros de Gabor para su creación.

Estos filtros son los que hacen que las figuras que aparecen en la ilusión óptica den la sensación de movimiento a pesar de no moverse de su sitio.

https://www.youtube.com/watch?v=Jri0del_6t4







STELLA McCARTNEY



DESCÚBRELAS EN OC



STELLA McCARTNEY



DESCÚBRELAS EN OC

ALIMENTOS QUE CUIDAN Y MEJORAN TU VISIÓN

Para la visión, una dieta continuada rica en vitaminas, oligoelementos minerales y sustancias carotenoides y flavonoides protege, previene, repara, barre y limpia el sistema ocular y ayuda a su óptimo funcionamiento y a retrasar su envejecimiento.

¿Dónde podemos encontrar estos componentes?

VITAMINA A (Carotenos)

En la zanahoria, to,ate y melocotón.

Es esencial en el ojo, ayuda a proteger las células oculares y es muy necesaria para la visión nocturna. Se encuentra en la retina visual fotosensible, dentro de las células fotosensibles de la retina, los conos y bastones.

El cuerpo es capaz de transformar los carotenos y, especialmente, el betacaroteno en vitamina A. Los carotenos están presentes en alimentos como los lácteos y en vegetales de color naranja, rojizo o amarillo (zanahorias, batata, berro, albahaca, tomates, espárragos, nísperos, rúcula, melocotones, etc.)

VITAMINA B (Complejo)

En hígado, caballa y pistacho.

La vitamina B es un complejo vitamínico formado por 8 tipos distintos, la vitamina B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9 y B12. Todas ellas favorecen el metabolismo y ayudan a que el organismo funcione.

La vitamina B12 o cobalamina es la más importante del complejo vitamínico B puesto que favorece la formación de glóbulos rojos en la sangre.

Mejora la fotofobia y la sensibilidad a la luz y está indicada para episodios de hiperemia (ojo rojo) y úlceras corneales. Los alimentos con mayor fuente de vitamina B12 son el marisco, sobre todo las almejas, mejillones y ostras, el hígado de cordero, vaca o ternera, la yema de huevo de gallina, el pulpo, la caballa (como el pescado con más vitamina B12), la carne de vacuno, el queso suizo y productos lácteos (como el yogur).

La vitamina B6 o piridoxina y la vitamina B9 o ácido fólico son indispensables para el metabolismo de las células rojas de la sangre y el funcionamiento del sistema nervioso y las podemos encontrar en alimentos como el arroz, pescados, pollo, frutos secos (como los pistachos o las avellanas), el ajo, legumbres, verduras (sobre todo, las espinacas) y frutas (como el plátano, el melón o las fresas).

La vitamina B2 (Riboflavina) está presente en las verduras, la leche, la levadura de trigo y la harina integral. Estimula la función de la vitamina E y disminuye la fotofobia y los síntomas de ojo seco.

VITAMINA C

En kiwi, pimienta amarilla y limón.

Es necesaria para la absorción de las vitaminas A y E, así como para fabricar colágeno muy presente, por ejemplo, en el humor vítreo. Además protege de procesos oxidativos al cristalino que pueden llevarle a su pérdida de transparencia (cataratas) y a la retina ocasionándole un deterioro celular irreversible (DMAE degeneración macular asociada a la edad).

La vitamina C además colabora en la inhibición de infecciones oculares y es adecuada para la absorción del hierro, calcio y los aminoácidos. Se encuentra en fresas, cítricos (naranjas, limones, pomelos), kiwis, papayas, pimientos amarillos, rojos y verdes, coles de Bruselas, vegetales verdes, coliflores y tomates.

VITAMINA E

En espinacas, cacahuetes y aceite de oliva.

La vitamina E es una vitamina liposoluble con propiedades antioxidantes que actúa sobre la oxidación de los ácidos grasos de las membranas celulares oculares neutralizando la acción de los radicales libres, y es un potente agente contra las cataratas y la degeneración macular retiniana.

Se encuentra en verduras y hortalizas de color verde como la espinaca, así como en vegetales ricos en aceite, como lechugas, guisantes, semillas de girasol, frutos secos como almendras, cacahuetes y piñones, además de en las pipas de girasol o el germen de trigo.

OLIGOELEMENTOS (Zinc y Selenio)

En ostras, legumbres y arroz integral.

Los oligoelementos son micronutrientes. Es decir, nutrientes que el organismo requiere en cantidades muy pequeñas, pero que son esenciales para la salud y el correcto funcionamiento de los procesos vitales, formación de enzimas y coenzimas. Son minerales que se encuentran en la tierra y los obtenemos a través de los alimentos.

El selenio es un fuerte antioxidante y el zinc es el oligoelemento más abundante en el ojo, concretamente en la retina, esencial en el mantenimiento del sistema inmune y un componente también básico del sistema antioxidante de los ojos.

Disminuye con la edad y su falta favorece el envejecimiento precoz de las estructuras oculares y la aparición de patologías retinianas.

Se encuentra en alimentos como el chocolate, el cordero, los moluscos (ostras), frutos secos (semillas de calabaza), legumbres, cereales integrales, hígado de ternera, espinacas y hongos.

ÁCIDOS GRASOS (Omega-3)

En salmón, aguacate y nueces.

Nuestro organismo no puede crear ácidos grasos esenciales como el omega-3, por lo que consumirlo no solo beneficia el funcionamiento del cuerpo, sino que también entrega múltiples ventajas a la salud visual.

Previenen la degeneración macular retiniana (DMAE), una de las principales causas de ceguera, previene la aparición del glaucoma, favorece el lagrimeo mejorando el ojo seco, tienen efectos antiinflamatorios y ayudan a la formación de la vitamina A.

Los ácidos grasos omega-3, específicamente el DHA, juegan un rol de suma importancia en la capa de células nerviosas de la retina. Incluso un trabajo publicado en la revista Archives of Ophthalmology en 2008 ya había arrojado que una dieta rica en este ácido graso podría disminuir las probabilidades de DMAE hasta un 38%.

Lo podemos ingerir a través de pescado azul (salmón, trucha, arenque, caballa, sardina y anchoa), mariscos (gambas, langostinos y cangrejos) frutos secos (nueces, avellanas, almendras y castañas) aguacates, coles, pepinos y huevos de gallina.

FLAVONOIDES

En arándanos, ciruelas y vino.

Los flavonoides son pigmentos naturales presentes en los vegetales, que eliminan los radicales libres y protegen al organismo del daño producido por agentes oxidantes, como los rayos ultravioletas, la polución ambiental, sustancias químicas presentes en los alimentos, etc.

El organismo humano no puede producir estas sustancias químicas protectoras, por lo que deben obtenerse mediante la alimentación o en forma de suplementos.

La labor de los flavonoides, y más concretamente las antocianinas, se centra en la reparación de las células nerviosas y los capilares de la retina con el aumento del caudal sanguíneo reduciendo la presión sanguínea y en la protección del colágeno.

Los flavonoides se encuentran en frutas (manzana, cereza, uva), verduras (brócoli, cebolla, puerros), semillas y flores, así como en cerveza, vino, té verde, té negro y soja. Los flavonoides se encuentran también en arándanos y frambuesas.

XANTOFILAS (Luteína y Zeaxantina)

En brócoli, guisantes y huevo.

Las xantofilas son sustancias químicas que realizan acciones fotosintéticas propias del reino vegetal y que pertenecen al grupo de los carotenoides.

A diferencia de los carotenos, las xantofilas como la luteína no poseen actividad pro-vitamínica A.

Se halla en verduras de hoja verde, brócoli, espinacas, guisantes y pimientos. También tiene alta concentración la yema de huevo. Hay estudios que señalan que una ingesta de 6 mg de luteína previene el desarrollo de cataratas y degeneración macular.

La zeaxantina es el estereoisómero de la luteína y contribuye al desarrollo visual. Esta última actúa como filtro protector de las plantas frente a la luz azul del espectro, por lo que se cree que en los tejidos humanos (piel y retina) actuaría de la misma manera. En un estudio se mostró que mejoraba la hidratación de la piel, así como la actividad foto protectora protegiendo los ojos de la luz ultravioleta.

La astaxantina es una xantofila presente en microalgas, en la levadura, crustáceos (camarón y langostino), peces (salmón) y algunas aves. La astaxantina ha llamado la atención por su potencial bio activo que incluye su actividad antioxidante, anti cancerígena, antidiabética y antiinflamatoria.







¿PREPARADO PARA PRACTICAR TU DEPORTE DE INVIERNO?

PROTECCIÓN DE LOS OJOS EN LA NIEVE

Nos encontramos en pleno invierno y es época de esquiar, pero la nieve y la altitud pueden convertirse en enemigos de los ojos si no tomamos las medidas acertadas para protegerlos. Descubre en OC gafas especializadas de las mejores marcas, para una visión óptima y sobre todo lo más importante, garantizar tu protección.

La nieve refleja cerca de un 80 por ciento de la luz solar, mientras que la arena refleja entre un 10% y un 25%, y el agua un 20 por ciento.

A este efecto reflectante se suma la altitud, ya que por cada 1.000 metros la proporción de rayos ultravioleta en la luz solar aumenta un 10 por ciento.

Por lo tanto, cuando vamos a esquiar los ojos están muy expuestos a los rayos ultravioletas del sol y a sus posibles efectos secundarios como la queratitis solar.

En Óptica Cervantes encontrarás una amplia gama de gafas para proteger tus ojos, con las mejores marcas, para una fiabilidad y visión de primera.







**NUNCA CREAS
QUE LO HAS VISTO TODO.**

FELIZ NAVIDAD

OC

OPTICA CERVANTES



Modelo SW116



DESCÚBRELAS EN OC


SWAROVSKI



Modelo SW116



DESCÚBRELAS EN OC



OC

OPTICA cervantes

f t g+ p crown YouTube