

Newsletter  
2017 n°52

**ENERO**

**OC**

**OPTICA CERVANTES**







# Justcavalli

## JUST CAVALLI EYEWEAR

Las nuevas monturas de sol y vista se adaptan a las últimas tendencias del mercado, con formas totalmente innovadoras que satisfacen incluso a los clientes más sofisticados.

Un producto que gracias a su diseño exclusivo posee una verdadera y propia identidad, reconocible y única en su género, resaltando la calidad más allá de cualquier expectativa. Efectos intrigantes, matices difuminados y colores metálicas de tendencia para crear combinaciones originales y divertidas.



DESCÚBRELAS EN OC

# ¿ESTÁ PERMITIDO LLEVAR GAFAS DE SOL EN ACTOS OFICIALES?

Es poco usual ver a los protagonistas de los eventos de gran relevancia con gafas de sol ¿Te has preguntado alguna vez por qué no se usan las gafas de sol en los actos oficiales? Juan de Dios Orozco, consultor de protocolo, imagen y comunicación y fundador de la empresa Protocollum, nos explica las razones en este post.

En los actos solemnes, como el de la coronación del actual rey Felipe VI, que tuvo lugar el 19 de junio de 2014, los protagonistas deben mostrar sus ojos ante el público presente y los medios de comunicación, en señal de educación y cortesía.

Esta "norma" de protocolo tiene sus raíces en la propia naturaleza del ser humano y en la importancia que tiene el hecho de dónde dirige sus ojos y cómo lo hace. La mirada es fundamental en la vida social, ya que ofrece mucha información sobre la quien la ejerce. Cuando una persona mira a otra o a un grupo de personas, manifiesta que le está prestando atención, que es quién ocupa su interés en ese preciso momento. Además, a través de los ojos se transmite gran parte de la expresividad del rostro. Si están ocultos por unas gafas de sol, resulta difícil determinar la alegría, tristeza, emoción, aburrimiento o pasividad que está experimentando una persona en un momento concreto. Por esta razón, aun sin saber nada de protocolo, a todos nos resultaría extraño ver a algún cargo político o algún miembro de la Familia Real con gafas de sol en un acto oficial.

De acuerdo con expertos en PNL -Programación Neurolingüística- La mirada es una herramienta clave del lenguaje no verbal. Además, entre el 65 y el 93% de la comunicación presencial se transmite sin palabras.

## ¿Es imposible ver alguien con gafas de sol en actos oficiales?

Es muy difícil (por no decir imposible) ver a un miembro de la familia real o un alto cargo político con gafas de sol en un acto oficial. Cuando así ocurra, la razón de proteger sus ojos se deberá, sin duda, a algún problema ocular, como una operación reciente o un accidente, por ejemplo. En el año 2011 el rey Juan Carlos I se vio obligado a entregar las Medallas de Oro a las Bellas Artes con unas gafas de sol ya que, por haberse golpeado accidentalmente con una puerta, tenía un visible moratón en el ojo izquierdo.

## El correcto uso de gafas de sol en el día a día

El contacto visual es fundamental en la vida social de todos nosotros, especialmente en el momento del saludo. Por eso, si llevamos puestas las gafas de sol, debemos quitárnoslas para poder mirar a los ojos a nuestro interlocutor mientras le estrechamos la mano o le damos dos besos. Si la conversación prosigue en un lugar de mucho sol, y es necesario volverse a poner las gafas, lo educado es disculparse por ello.

Además... Si llevamos puestas las gafas de sol, las varillas se pueden enganchar al darle dos besos a otra persona (con las varillas de sus gafas, con su pelo, etc.), dando lugar a una situación comprometida.

## ¿Y en las fotos?

Las gafas de sol se usan en las fotografías con demasiada frecuencia. Desde el punto de vista del protocolo esto es incorrecto. Lo aconsejable, por tanto, es hacerse las fotos sin ellas y, para ello, elegir una composición en la que el sol se encuentre detrás o en un lateral para, de este modo, poder mostrar los ojos a cámara manteniendo al mismo tiempo un gesto relajado, sin tener el ceño fruncido y ofreciendo una sonrisa natural.

### Recuerda:

No mirar a los ojos, aunque sea desde una foto, se puede percibir como una falta de educación.

## Gafas de sol en actos oficiales deportivos

¿Has visto los Juegos Olímpicos de Río 2016? Entonces sabrás que ninguno de los deportistas que han subido al podio llevaba puestas gafas de sol. Esta es una prueba irrefutable de que no llevar gafas en los actos solemnes es una norma admitida de forma natural en cualquier parte del mundo... ¡Y en cualquier disciplina deportiva!



# ¿Se puede ver un fotón?

Lo mínimo que percibe el ojo humano. En física, el término fotón hace referencia a una partícula de luz que se propaga en el vacío. Pese a su pequeño tamaño, sobre ella recae la responsabilidad de las manifestaciones cuánticas del fenómeno electromagnético, ya que porta todas aquellas formas de radiación electromagnética, es decir, los rayos gamma, los rayos x, la luz ultravioleta, la luz infrarroja, las ondas de radio o las microondas.

Gracias a experimentos llevados a cabo en los años 40, se sabe que nuestros ojos son extremadamente sensibles, capaces de percibir un pequeño número de fotones. Pero ¿Se sabe cuántos? A pesar de los estudios realizados durante más de 70 años, los límites absolutos (máximos y mínimos), de la visión humana, siguen estando poco claros.

Más que una "visión", es una "sensación". Investigadores de la Universidad de Illinois concluyeron el pasado año que el ojo humano era capaz de percibir como mínimo tres fotones. Sin embargo, experimentos posteriores llevados a cabo por el mismo equipo, bajo la dirección de Alipasha Vaziri, de la Universidad Rockefeller de Nueva York, concluyeron que un sólo fotón ya es visible.

Trabajos previos probaron que un solo fotón era capaz de estimular un bastón, una célula fotorreceptora que se encuentra situada en la retina del ojo, encargada de permitir la visión en condiciones de poca luminosidad.

Sin embargo, esta última investigación iba más allá, ya que trataba de averiguar si esta información que captaba el ojo era percibida por el cerebro de manera consciente. Según Vaziri, quien ha experimentado personalmente la visión de un fotón: "Lo más asombroso es que no es como ver luz. Se trata casi de una sensación, algo situado al borde de la imaginación". Los experimentos revelaron también que la "visión" del fotón era mejor cuando se había percibido un fotón unos segundos antes.

Como si el primero sirviera para "preparar" al ojo para ver mejor el segundo.

## ¿Cómo se ha llevado a cabo el trabajo?

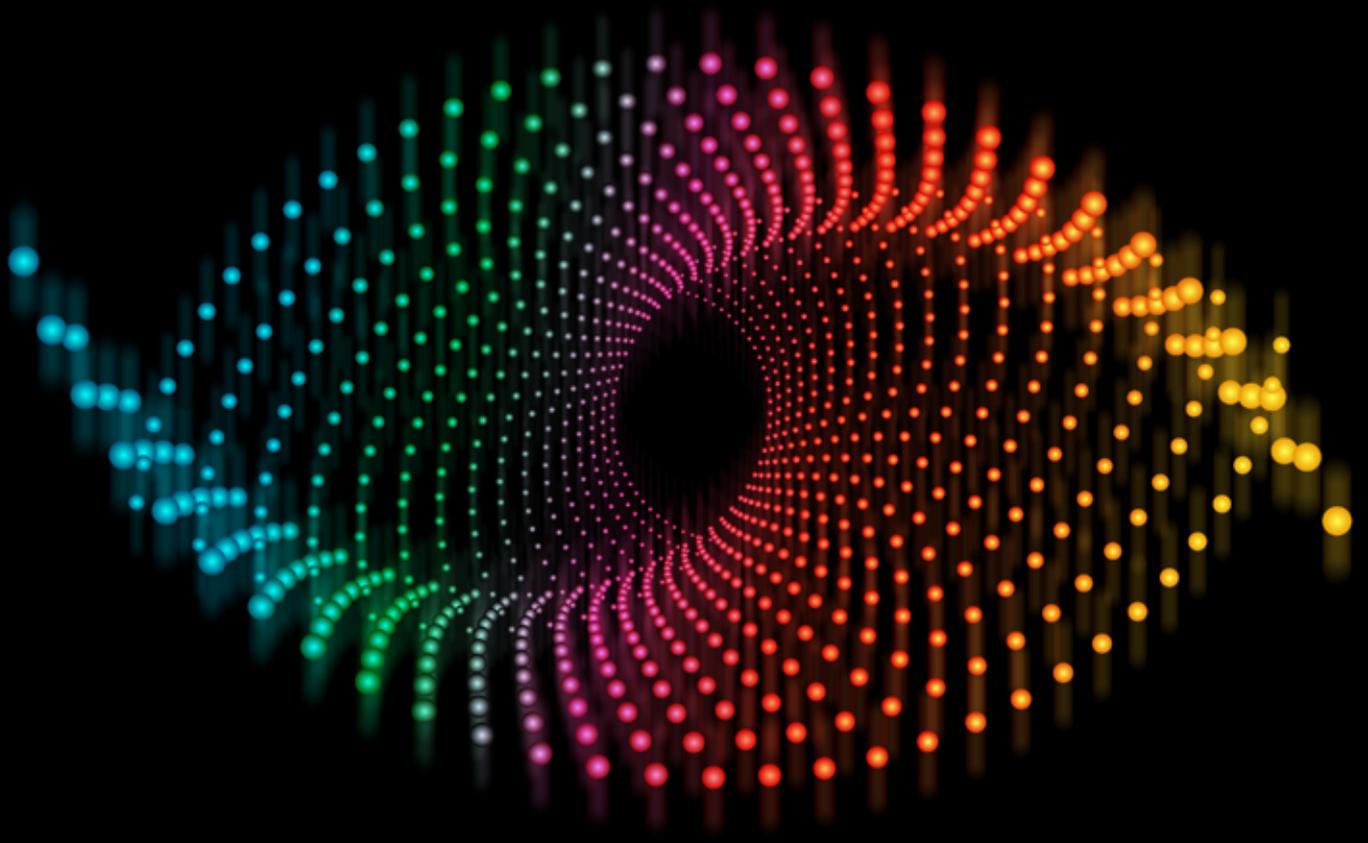
El equipo de Vaziri contó con la participación de tres hombres, a los que se les mantuvo en oscuridad absoluta por un periodo de 40 minutos, para conseguir que sus ojos se adaptasen a la oscuridad.

Pasado este tiempo, los participantes pulsaban un botón que producía dos sonidos separados por un segundo de intervalo. En unas ocasiones, uno de estos sonidos estaba acompañado de un fotón y, en otras, no. El equipo de investigación pidió a los participantes que dijeran en qué momento habían percibido "algo" y que cuantificaran la seguridad de haberlo hecho en una escala de 1 a 3.

Los participantes del experimento no fueron capaces de percibir el fotón en muchas ocasiones. Los investigadores explican que esto se debe a que en más del 90% de los casos los fotones no se perciben, ya que son absorbidos o reflejados antes de llegar a la retina.

De acuerdo con los experimentos de los años 40, de cada 1000 fotones que llegan a la córnea, sólo el 45% alcanzan la retina y, de estos, sólo el 20% son captados por los bastones. Aún así, el número de aciertos es superior al que hubieran obtenido los participantes si hubieran respondido al azar.

Además, la seguridad de haber acertado era mucho mayor cuando pensaban que sí habían visto el fotón, que cuando pensaban que no lo habían visto. Aunque el número de participantes es muy pequeño y será necesario llevar a cabo más investigaciones para obtener resultados concluyentes, los investigadores afirman que el elevado número de ensayos (2.400 proyecciones de fotón y otras tantas sin fotón), da una importante credibilidad a los resultados.



# Si estás leyendo esto desde la cama...

## ¡Enciende la luz!

**Las lentes #Eyezen, que filtran la luz azul de los dispositivos, serán tu mejor aliado.**

Consultar el móvil en la cama a oscuras suele ser una de las cosas más generalizadas. Lo hacemos (casi) todos, a pesar de los avisos sobre su peligrosidad. No te quedarás ciego, pero sí podrás sufrir ceguera temporal además de dificultades para conciliar el sueño, y otros trastornos como dolores de cabeza, ardor, picor de ojos, lagrimeo, irritación o sequedad.

¿Se puede evitar? Sí, y lo que es más importante, debes hacerlo. Te enseñamos cómo proteger la vista cuando usas el móvil para no sufrir riesgos.

Los fabricantes de móviles son conscientes de que no siempre usamos el teléfono en las mejores condiciones. De ahí que marcas como Apple lanzara en iOS 9.3 'Night Shift'.

Conocido como Modo Noche, permite cambiar los brillos y los colores para que sean más cómodos de usar por la noche. Los colores fríos en tonos azules pasarán a otros amarillos más cálidos.

También Android ha incluido en Nougat nuevos tonos para suavizarlos y que resulten menos agresivos para la vista. ¿Y tú? ¿Puedes hacer algo? Sí, mucho más de lo que crees.

## Activa el modo noche

Si iOS y Android han creado modos para proteger nuestra visión, ¿por qué no usarlos? Aunque no lo creas, tu vista lo agradecerá de inmediato. Podrás programarlo para que se active solo a la hora que tú elijas o bien hacerlo a cualquier hora del día de forma manual.

Es importante que bajes el brillo, no solo para proteger tus ojos, ¡la batería de tu móvil también lo agradecerá!

## Dos ojos mejor que uno

Todos lo hemos hecho, estás tumbado en la cama, luz apagada y miramos la pantalla solo con un ojo. ¡Error! Hacerlo es la causa más habitual de la ceguera temporal. Así que abre bien los dos ojos para mirar la pantalla del móvil o de la tablet.

## Enciende la luz

Mirar el móvil antes de ir a dormir es lo último que debes hacer porque dificulta conciliar el sueño, pero mucho peor es hacerlo a oscuras. Enciende la luz, por pequeña que sea será bastante para que el contraste de luz no impacte directamente en tus ojos.

## Usa el zoom

No fuerces la vista innecesariamente. Siempre puedes ampliar el tamaño de la letra o bien usar el zoom para ampliar cualquier parte de la pantalla. Tus ojos te lo agradecerán.

Y recuerda: parpadea (lo hacemos un 70% menos cuando usamos un móvil o una tablet), usa un protector ocular, mantén una distancia adecuada y procura reducir el uso del móvil: si lo consultamos unas 150 veces al día como media, ¿por qué no tratar de reducirlo a la mitad? Tus ojos te lo agradecerán.





LIU JO ITALIA

*Jourdan Dunn x Karlie Kloss | #strongtogether  
liujo.com*



DESCÚBRELAS EN OC

LIU·JO

*#strongtogether*

▶ *Jourdan Dunn x Karlie Kloss #strongtogether*

*liujo.com*

# ¿Cómo funciona la memoria visual?

La memoria es la facultad del cerebro que permite procesar, reconocer, almacenar y evocar información que ya ha pasado. Gracias a ella podemos recordar ideas, sentimientos, sonidos y, también, imágenes. Es fundamental para que podamos desenvolvernos correctamente en la vida: resulta crucial en el aprendizaje, tanto de aquel que proviene del estudio como del que proviene de las experiencias, y en la socialización.

Existen diferentes formas de clasificar esta capacidad, lo más común es hacerlo en relación al tiempo o a los sentidos. Cuando se clasifica en relación al tiempo, hablamos de la memoria a largo plazo, aquella que se mantiene durante muchos años (recuerdos de niñez o fechas de cumpleaños); la memoria a corto plazo, la que se retiene durante poco tiempo (la lista de postres disponibles en la carta de un restaurante o los apuntes de un examen); y la memoria inmediata, la que permanece en el cerebro durante unos segundos (la que nos permite desenvolvernos en un entorno en el que estamos por primera vez).

Cuando se clasifica en relación a los sentidos, hablamos de memoria gustativa, auditiva, táctil, olfativa y, por supuesto visual.

La memoria visual es aquella que permite percibir, codificar, almacenar y recuperar o evocar aquellas imágenes que hemos captado a través del sentido de la vista. Se trata de una memoria muy poderosa, que permite fijar recuerdos con facilidad en el cerebro. Gracias a ella somos capaces, por ejemplo, de recordar el rostro de una persona, un objeto, una situación, un entorno...

## ¿Qué factores afectan a la memoria visual?

La memoria visual está muy condicionada por el descanso de la persona. El sueño juega un papel clave en los procesos de aprendizaje y memoria. Varios estudios demuestran que, cuando la persona duerme, en su cerebro se activan las áreas de aprendizaje que han sido utilizadas durante la vigilia previa.

Algunos expertos sostienen que, durante el sueño REM (Rapid Eye Movement), se refuerzan los procesos de memoria. Así, las personas que no duermen suficiente, suelen tener problemas para recordar cosas.

La edad también afecta a la memoria visual, sobre todo a la relacionada con los recuerdos a corto plazo. La capacidad para percibir los espacios, también se deteriora con los años.

Las personas que consumen alcohol, sobre todo si lo hacen de forma excesiva, también pueden presentar alteraciones funcionales que afectan a la memoria visual.

Después de un accidente o una enfermedad que ha producido daños cerebrales, la persona puede experimentar "lagunas de memoria", que le impiden acceder a ciertos recuerdos.

Además... De acuerdo con un estudio dirigido por el neurocientífico Zafaruddin Khan, de la Universidad de Yale, realizado en colaboración con Universidades de todo el mundo (entre ellas la Universidad de Málaga), el aumento de la producción de proteína RGS-14 puede favorecer los procesos de memoria fotográfica. El experimento, realizado sobre ratones, probó que los animales eran capaces de recordar objetos que habían visto hacía dos meses, cuando, por lo general, los animales no eran capaces de retener esta información más de 45 minutos. Según los autores del estudio, estimular la producción de RGS-14 en humanos puede mejorar las condiciones de pacientes de patologías neurológicas y mejorar la memoria en personas mayores.

## ¿Y qué es la memoria fotográfica?

Cuando una persona tiene la capacidad de recordar con precisión imágenes o sonidos, se dice que tiene memoria fotográfica o "eidética". En la mayoría de los casos, este tipo de memoria se mantiene a corto plazo; es raro que una persona tenga memoria fotográfica a largo plazo. Se dice que Napoleón, Roosevelt, Mozart y Tesla tenía una sorprendente memoria fotográfica.



La memoria eidética suele atribuirse a personajes literarios, cinematográficos o televisivos caracterizados por una gran inteligencia: es el caso de Lisbeth Salander, la protagonista de la trilogía Millennium, escrita por Stieg Larsson; de Raymond Babbitt, interpretado por Dustin Hoffman en la película Rain Man, o de Sheldon Cooper, científico de la serie "The Big Bang Theory".

La memoria eidética es habitual en personas que padecen Síndrome de Asperger.

¿Alguna vez has puesto a prueba tu memoria visual? Trata de recordar con detalle algo que viste ayer; algo que viste la semana pasada, algo que viste hace un mes y hace un año.

## ¿Se ajusta nuestro horario a nuestro reloj biológico?

Ajustando el reloj biológico: una cuestión de luz y temperatura.

Nuestro organismo se rige por un reloj biológico del que dependen los ciclos de sueño/vigilia, la temperatura del cuerpo, los procesos cognitivos y de memoria. Cuando este mecanismo no funciona adecuadamente, aumenta el riesgo de sufrir problemas de concentración, cansancio crónico, malestar general o cambios de humor. La luz azul-turquesa, tiene un papel fundamental en la regulación del reloj biológico.

Además, está relacionada con el reflejo de constricción pupilar, que protege a los ojos frente al exceso de luz, y es importante para la correcta percepción de los colores y para tener una buena agudeza visual. Sin embargo, la luz azul-violeta resulta perjudicial para los ojos, ya que acelera la muerte de las células fotorreceptoras de la retina. Si quieres saber más sobre la luz azul buena y mala, lee nuestro post.

De acuerdo con el estudio de un grupo de científicos de la London's Global University (UCL), el reloj biológico puede dejar de trabajar correctamente cuando la luz y los niveles de temperatura no están sincronizados. Es decir, cuando la temperatura baja durante las horas de luz o sube durante las horas de oscuridad.

Para llegar a esta conclusión, los investigadores examinaron los niveles de actividad de la mosca de la fruta en diferentes momentos de un ciclo "natural", de 12 horas de luz y calor y 12 horas de oscuridad y frío, y de otro "artificial", en el que los ciclos de luz seguían una duración "natural" de 12 horas, y los de temperatura tenían una duración "artificial" de 2 a 10 horas.

Cuando estaban expuestas al ciclo natural, las moscas se volvían cada vez más activas a lo largo de las 12 horas de luz del día, mostrando un pico de actividad por la noche, antes de que los niveles de luz y temperatura disminuyeran.

Sin embargo, cuando estaban expuestas a un desfase de seis horas entre la temperatura y la luz, las moscas sólo estaban activas cuando había luz y el frío era ligero.

Además, no presentaban picos de actividad, simplemente una meseta de actividad moderada. Cuando el desfase temporal entre luz y temperatura era pequeño, el efecto sobre el reloj biológico era relativamente bajo. Sin embargo, cuando el desfase era grande, el reloj biológico se regía por la luz

Tal y como explica Ross Harper, líder del estudio: "El reloj biológico ha evolucionado de forma natural, lo que significa que funciona mejor en condiciones naturales.

En la naturaleza, los cambios de la luz solar producen cambios en la temperatura, y ambos se utilizan para percibir el paso del tiempo. Los intervalos de tiempo entre luz y temperatura varían de manera natural, por lo que el reloj puede calcular una media cuando varían siguiendo ciclos temporales más cortos.

Sin embargo, cuando existen diferencias muy grandes, como un pico de calor a medianoche, el sistema ignora la temperatura, puesto que es un indicador demasiado breve y, por tanto, poco fiable.

Cuando el reloj no puede combinar las señales de ninguna manera, pero tampoco puede ignorarlas, se puede desajustar". Dado que los mamíferos (y eso incluye a los humanos), están sujetos a restricciones evolutivas, es muy probable que nuestros relojes biológicos funcionen de una manera similar".

No obstante, los investigadores señalan que, a diferencia de los insectos, el organismo de los humanos cuenta con sistemas de autorregulación de la temperatura corporal.

Señalan, además, que no está claro cómo las temperaturas internas y externas se relacionan entre sí y con el reloj del cuerpo, por lo que se necesitan más investigaciones para definir mejor sus contribuciones relativas en los seres humanos.

"La luz es un factor determinante y muy conocido en el funcionamiento del reloj biológico. Pero, hasta el momento, no se había considerado que otros factores, como la temperatura, influyeran en el mismo.

Estudios recientes han demostrado que el ritmo diario de la temperatura corporal es importante para poner en hora el reloj biológico.

Nuestro trabajo sugiere que la descoordinación entre luz y temperatura puede desempeñar también un papel clave. La exposición artificial a las fuentes de luz y los patrones irregulares de sueño y vigilia, como los trabajos por turnos, son responsables de la interrupción del reloj biológico.

Los aires acondicionados y la calefacción central, también pueden influir", explica Joerg T Albert (UCL Ear institute), coautor del trabajo.

Según Ralf Stanewsky (UCL Cell & Developmental Biology) "La vida moderna implica el control artificial de muchos aspectos de nuestro medio ambiente. Las condiciones naturales probablemente benefician más a nuestros relojes corporales.

Hay maneras simples de imitar condiciones naturales, tales como tener el dormitorio a temperaturas más bajas y conseguir tanta luz por la mañana como sea posible.

Las personas que se sienten muy afectadas por estas variaciones deben evitar el café y las bebidas energéticas, beber menos alcohol, evitar comer o hacer ejercicio por la noche, y regular los horarios de sueño.

El objetivo debe ser dormir bien y despertarse de una forma natural por las mañanas, sin necesitar despertador.

El reloj del cuerpo es importante, y la interrupción de sus ciclos puede causar no sólo problemas para dormir sino también ciertos trastornos psiquiátricos y cognitivos".





# Fotosensibilidad

Conjuntivitis, lesiones en la córnea, cataratas, DMAE... son algunos de los problemas que pueden estar asociadas a la fotosensibilidad.

## ¿Qué sabes sobre ella?

Una fobia es la sensación de profundo rechazo hacia una persona, una cosa o una situación. Existen innumerables tipos de fobias; la que se siente hacia la luz recibe el nombre de fotofobia. Esta fotosensibilidad ocular, generalmente ocasionada por una luz muy brillante, es habitual en personas cuyo organismo produce poca melanina, como los albinos.

Los bebés, que aún no cuentan con suficientes dosis de este pigmento natural, también se muestran muy molestos cuando la luz les da en los ojos. Sin embargo, la fotofobia puede aparecer en cualquier persona y a cualquier edad.

A veces, este tipo de fotosensibilidad ocular está asociada a diferentes problemas o condiciones de los ojos, como los siguientes:

## Conjuntivitis

Es la inflamación de la conjuntiva (capa fina y transparente que recubre el interior del párpado y la esclerótica), y se debe a diversas causas como por ejemplo virus, bacterias, alérgenos o productos químicos.

## Lesiones en la córnea

La córnea es una membrana transparente que protege la parte frontal del ojo de las agresiones externas. Esta lente natural tiene también un papel fundamental en el enfoque. Está muy expuesta a golpes, arañazos, cortes e, incluso, quemaduras solares.

## Cataratas

Se producen cuando, por el paso del tiempo, el cristalino (lente natural del ojo fundamental para enfocar), pierde transparencia debido principalmente a la incidencia acumulada de rayos solares. Como consecuencia de esto, la persona que tiene cataratas percibe la realidad un poco borrosa, con los colores más apagados o amarillentos.

## DMAE

La degeneración macular asociada a la edad o DMAE, es un problema visual que se produce cuando empeora el funcionamiento de las células de la mácula (parte central de la retina), encargadas de transmitir al cerebro las imágenes que capta el ojo. Como consecuencia, la persona que la padece, sufre una pérdida de la visión central.

## Glaucoma

El glaucoma es la pérdida de visión asociada a problemas en el nervio óptico, generalmente debidos a un aumento de la Presión Intraocular (PIO). Debido a que no suele manifestar síntomas hasta que la pérdida de la visión es muy importante, el glaucoma es conocido como “el ladrón silencioso de la visión” .

## Uveítis

La úvea es la capa vascular del ojo, que se encuentra localizada debajo de la esclerótica. Está compuesta por tres estructuras: el iris, el cuerpo ciliar y la coroides. La inflamación de la úvea o uveítis puede ser una consecuencia grave de la artritis.

## Dilatación pupilar

También conocida como “midriasis”, la dilatación pupilar se produce, sobre todo, en condiciones de poca luz. Es un mecanismo natural del ojo que sirve para mejorar la visibilidad.

A veces, los profesionales de la visión dilatan la pupila para realizar un examen ocular. Con el tiempo, la pupila de algunas personas pierde la capacidad para contraerse o dilatarse adecuadamente.

La fotosensibilidad ocular también puede estar producida por dolores de cabeza o migrañas, por malestar tras la ingesta de alcohol o darse durante la recuperación de una cirugía ocular.

## ¿Cómo se combate la fotofobia?

Si se trata de un problema puntual, como una conjuntivitis o una lesión en la córnea, lo más indicado es evitar la luz solar, usar gafas oscuras (incluso en interiores), y procurar dar un descanso a los ojos cerrándolos a menudo.

Si la fotosensibilidad ocular es consecuencia de una patología más duradera, como las cataratas, o permanente, como la DMAE o el glaucoma, se recomienda a la persona el uso de filtros terapéuticos.

Los filtros terapéuticos absorben el exceso de luz del entorno, protegen de los rayos UV y, además, mejoran el contraste y la agudeza visual. Dependiendo de la patología de la persona, estos filtros pueden ser marrones, anaranjados o rojizos.

## Y hablando de fobias... ¿Sabes qué es “fobosensibilidad”?

Las siglas de FOBO vienen de la expresión “Fear o Being Offline”, que traducida al español viene a ser “miedo a estar desconectado” o, también, “pavor por no saber qué está pasando en la red”. Algunas personas experimentan “fobosensibilidad” cuando se quedan sin batería, pierden cobertura, no tienen la contraseña WIFI... ¿Eres una de ellas?

Entonces, deberías pinchar aquí.  
<https://eyezen.es/foboworld/>

La fotosensibilidad ocular puede ser consecuencia de un problema grave de los ojos. Si eres mayor de 50 años y, sobre todo, si en tu familia hay antecedentes de glaucoma o DMAE, debes acudir cuanto antes a un especialista de la visión cuando sientas que la luz te molesta más de lo normal.

UNPLUG

#ITTAKESCOURAGE



DESCÚBRELAS EN OC



Ray-Ban

GENUINE SINCE 1937



GENUINE SINCE 1937



RB 6360



DESCÚBRELAS EN OC



GENUINE SINCE 1937



RB 6360



DESCÚBRELAS EN OC

# PREMIOS CÍRCULO 20

3ª EDICIÓN

NOCHE

ORGANIZA

COLABORAN



Círculo Rojo  
EDITORIAL



AYUNTAMIENTO  
DE ALMERÍA

# MIOS O ROJO

17

CIÓN

DE GALA

OPTICA  
CERVANTES

  
Obra Social "la Caixa"

  
TOYOTA  
ALBORÁN

Auditorio Maestro Padilla (Almería) | Viernes 3 de febrero | A partir de las 20:00h

# PREMIOS CÍRCULO ROJO 2017

¡Un año más allí estaremos!

La alfombra roja de las letras ya está preparada para recibir, el 3 de febrero a las 19:30 horas en el Auditorio Maestro Padilla de la capital, a cientos de escritores que se desplazarán desde todos puntos del país e incluso del extranjero para los III Premios Editorial Círculo Rojo.

Y es que nadie quiere perderse estos galardones que, en su tercera edición, ya se han consolidado como los más importantes del sector.

Prueba de ello es que la editorial ha confirmado que no quedan butacas libres para la velada, aun sin haber anunciado la gala hasta día de hoy.

Todos quieren estar presentes en la puesta de largo de los nominados, ser partícipes de las ilusiones llegadas desde cientos de kilómetros hasta nuestra tierra, acompañar a los que sueñan con llevarse a casa un merecido galardón, y disfrutar de los que van a llenar Almería de letras.

“En esta tercera edición intentaremos superarnos, aunque el listón está alto. Quiero que esta fiesta de la literatura sea un homenaje a todos los escritores que han confiado en nosotros este año, que son más de 1600, quienes de nuevo nos sitúan a la cabeza de la autoedición nacional.

Además, a nivel personal, será un reconocimiento al equipo de profesionales que forman Círculo Rojo, de quienes me siento muy orgulloso. Su compromiso, pasión y fidelidad han hecho posible el crecimiento que la empresa ha tenido en los últimos meses”, comenta **Alberto Cerezuela**, fundador de la editorial.

Una de las novedades de este año es que Círculo Rojo ha revelado los nombres de las personas que integran el jurado que ha decidido los premios.

Son **Rafael Godoy**, profesor de Historia y Premio Círculo Rojo Infantil 2015; **María del Mar Saldaña**, Directora de la Escuela Literaria Babilonia; **Luis Carlos Jiménez**, Director del Colegio Internacional SEK Alborán; **Salvador Rodríguez Moya**, periodista y Premio Círculo Rojo Deportes 2016; **Dr. Antonio Ríos Luna**, Traumatólogo, ganador del Premio Círculo Rojo Relatos 2016; **Óscar Fábrega**, autor de varios libros con Editorial Planeta; **Emilia Casas**, autora, Presidenta de la Asociación de Escritores “¿Qué te apetece leer?”; **Uriel Pascual**, corrector y lector profesional de Oportet; **Valentín Sola**, Presidente de FAAM; y **Javier Irigaray**, escritor y Presidente de la “Asociación Cultural Argaria”.

Al igual que en la edición anterior, la gala será conducida por el actor **Jesús Olmedo** y la periodista almeriense **Raquel Martínez**, que además es una de las editoras de Círculo Rojo.

Los premios cuentan con el apoyo del **Excmo. Ayto. de Almería, Óptica Cervantes, Toyota Alborán y La Caixa**, a través de su Obra Social.

**Alberto Cerezuela** no ha querido desvelar muchos detalles del desarrollo de la gala, ya que habrá sorpresas, pero confiesa que “presentaremos la nueva imagen de la marca, que está en consonancia con los avances que la editorial ha tenido estos últimos meses en los ámbitos de diseño y maquetación, y que ya han sido aplaudidos por lectores y librerías.

Y estaremos arropados por muchas personalidades almerienses como la actriz **Eva Almaya**, los futbolistas **José Ortiz Bernal y Fran Dona**, el árbitro **David Fernández Borbalán**, el cómico **Paco Calavera**, la diseñadora **Patricia Rosales**, los periodistas **Ángel Acién y Antonio Torres**, o la presentadora **Mar Segura**, entre muchos otros, a quienes agradezco su apoyo”.

También desfilarán por la gala de Círculo Rojo rostros tan conocidos como las actrices **Nerea Garmendia y Ángeles Martín**, los actores, **Canco Rodríguez y William Miller**, el futbolista **Albert Crusat**, el periodista **Juan Ramón Lucas**, la modelo **Sandra Ibarra**, o el televisivo detective **Rafael Guerrero**. Los asistentes disfrutarán de la actuación del grupo musical **Andy y Lucas**.

**Viernes 3 de febrero**  
Auditorio Maestro Padilla (Almería)  
NOCHE DE GALA  
Ceremonia a partir de las 20:00h

# P R E M I O S C Í R C U L O R O J O 2 0 1 7

3ª Edición

## L O S N O M I N A D O S

### POESÍA

Fuimos sin ti, de Marta Millet.  
Del vientre a la cuna, de José Luis Mora.  
En las grietas del ocaso, de Candela Tuck.

### NOVELA

El día de la luz, de Ainara Hernando.  
Lucrecia Perón, de Concepción Mira.  
Reflejos de absenta, Alexis Falkas.

### ROMÁNTICA

Un balón entre los dos, de Domingo Torrente.  
Él y Ella, de Esther Martín. Raras excepciones, de Alba Molina.

### INVESTIGACIÓN

Avances tecnológicos en televisión digital, de Francisco José Espinosa.  
Internet Ahora: la red y sus peligros, de Francisco Andrades. Gargolarium: el hombre verde, de José Luis González Munuera.

### RELATOS

Pieles en penumbra, de José Manuel Muñoz Serrano. Encuentros entre notas discordantes, de Soco Cordente. El Yin y el Yang, de Pablo Mateo.

### HISTORIA

La Tebaida, el discípulo número XIII, de Manuel Blanco. Éboli, la princesa de la Alcarria, de Fernando Bermejo. Historia de Madrid, Historia de una vida, de Manuel Sanahuja.

### CRECIMIENTO PERSONAL

¿De qué tienes que desprenderte para adelgazar?, de May Morón. Haz lo que temas hacer, varios autores. Corazones de papel, de Raúl Úbeda.

### LIBRO ILUSTRADO

Fantasia de invierno, de González Amorós.  
Las manos del joyero, de Xant. Montana, de Carlos Navarro.

### LIBRO INFANTIL

La Navidad de Anuska, de Sarilis Montoro.  
Aventuras de una estrella perdida, de Galina Álvarez. Colección de estrellas de colores, de María José Martínez.

### DEPORTES

Golf, de José Sanmartín.  
A puerta vacía, de Darío Ortega.  
Los secretos del crack que nunca llegó a triunfar, de J.J. Roma Dos Santos.

### APRENDIZAJE

Manual de igualdad, de Vanesa Leiva.  
Destination Branding, de José Luis Ruiz.  
Claves de la investigación en redes sociales, de Silvia Barrera.

### LIBRO SOLIDARIO

Cuenta Conmigo, de Laura Usar.  
La puerta abierta, de Jamal Satli.  
80 cuentos en 80 días, de La Suricatta Disfuncional.

También habrá tres menciones especiales, ya decididas:

Mejor libro sobre Almería: Madre anoche en las trincheras, de Fran Martín.

Mejor libro colección Guante Blanco: Los refugios de la Guerra Civil Española, de Eusebio Rodríguez Padilla.

Trayectoria literaria: José Luis Cantos Torres.

PRESENTAMOS

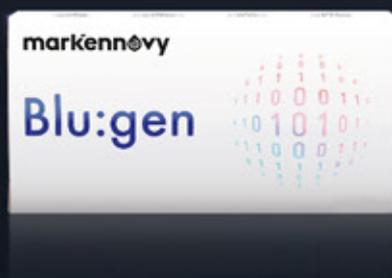
# LA PRIMERA LENTE DE CONTACTO

CON FILTRO DE LUZ AZUL Y UV DE 1ª CLASE



LA LENTE DE CONTACTO BLANDA PARA LA **GENERACIÓN DIGITAL**

Disponible en un amplio rango de parámetros, para las características únicas de cada ojo



- ✓ Hidrogel de Silicona 75% H<sub>2</sub>O
- ✓ Esférica, Tórica, Multifocal y Multifocal Tórica
- ✓ Disponible en diámetros desde 11.50 mm para adaptar córneas pequeñas
- ✓ Ideal para los primeros síntomas de la presbicia con adiciones desde +0.50 y en pasos de 0.25 dioptrías

Contacta con tu delegado comercial o con el departamento de Atención al Cliente para más información T: 0800 3280 610 | E: [mkservices@markennovy.com](mailto:mkservices@markennovy.com)

**markennovy**



DESCÚBRELAS EN OC

**markénnóvy**

# Desarrollo una lente multifocal que permite compensar la vista cansada.

El grupo de Óptica y Percepción Visual de la Universidad de Alicante (UA) ha desarrollado una lente que permite compensar la vista cansada. Según ha informado la UA, los investigadores han diseñado la primera lente de "apoyo escleral multifocal" para la compensación de la presbicia o vista cansada.

Se trata de una lente de contacto denominada Presbycustom creada con un material altamente permeable al gas y con un diseño personalizado a las características de cada ojo.

"Hemos buscado la combinación óptica más adecuada para incrementar la profundidad de foco del ojo sin que exista deterioro significativo de la calidad visual. Esto permite compensar la vista cansada o presbicia que aparece a partir de los 45 años y que impide realizar al paciente tareas de cerca, incluida la lectura", ha explicado el investigador de la UA, David Piñero.

La principal ventaja que aporta la lente diseñada por el Grupo de Óptica y Percepción Visual es un novedoso método de adaptación que consigue personalizar al máximo la calidad óptica del ojo sin ser necesario un proceso complejo evitando tener que realizar varias pruebas.

"Para ello, se ha estudiado a fondo el comportamiento óptico del ojo presbita y de su compensación realizando miles de simulaciones ópticas con distintos tipos de condiciones ópticas y comprobando el efecto a nivel de profundidad de foco.

Asimismo, se han llevado a cabo diversas pruebas clínicas con pacientes reales que han permitido definir un algoritmo de gran precisión", ha continuado Piñero.

"La primera limitación de las lentes de contacto multifocales existentes hasta la fecha es que se asume que el diseño es válido para todo paciente con el mismo nivel de adición, sin tener en cuenta los defectos aberrométricos específicos que pueda tener el ojo en el que se va a adaptar la lente.

Esos niveles fijos están basados en medias poblacionales por lo que funcionan bien en un grupo de pacientes pero no en otro. De hecho, existen usuarios en los que la visión no sólo no mejora con la lente de contacto multifocal sino que incluso empeora. Esto hace que muchos adaptadores y pacientes renuncien al uso de este tipo de lentes", ha argumentado.

Por otro lado, Presbycustom presenta un diseño de apoyo escleral de modo que la lente no apoya en la córnea sino en la porción periférica del ojo o parte blanca que presenta una menor sensibilidad, se ha conseguido un producto completamente estable que elimina las fluctuaciones de visión con el parpadeo.

Este avance permite mejorar la vida de miles de personas ya que la presbicia o vista cansada es un problema oftalmológico asociado al envejecimiento de los órganos que no puede prevenirse. Además, es la principal anomalía visual que afecta a mayores de 45 años, de ahí que casi el 100% de la población adulta necesite gafas de lectura.



FACE CRITICS

**#ITTAKESCOURAGE**



DESCÚBRELAS EN OC



Ray-Ban

GENUINE SINCE 1937



GENUINE SINCE 1937



RB 34545



DESCÚBRELAS EN OC



GENUINE SINCE 1937



RB 34545



DESCÚBRELAS EN OC

**OC**

**OPTICA cervantes**

**f** **t** **g+** **p** **u** **YouTube**