Newsletter **2019**

JULIO

OC OPTICA®

CEL

CELINE

DESCÚBRELAS EN OC OPTICA

I N E

CELINE

DESCÚBRELAS EN OC OPTICA

Chloé
CHLOE.COM

OC OPTICA

DESCÚBRELAS EN

OC OPTICA®

¿Buscas una cadena práctica y con un diseño único para tu gafa?

Ya tienes en OC OPTICA la colección de cadenas portagafas de Airport Eyewear. Fabricadas en Italia presentan dos variantes, metal e hilo.

También puedes utilizarlas como un elegante colgante de gafas.

¡Ven a verlas!

GIORGIO ARMANI

DESCÚBRELAS EN

OC OPTICA

VOGUE eyewear

THE **GIGI HADID** FOR VOGUE EYEWEAR 2019 COLLECTION

DESCÚBRELAS EN

OC OPTICA

DOLCE & G

GABBANA
DOLCE & GABBANA
DESCÚBRELAS EN
OC OPTICA

EN OC EL EJIDO HEMOS TENIDO AL EQUIPO DE ALCON, QUE NOS TRAJO SUS LENTES DE CONTACTO PROGRESIVAS PARA REALIZAR UNAS JORNADAS MUY INTERESANTES CON LA PARTICIPACIÓN DE NUMEROSOS CLIENTES.

OC OPTICA

OC OPTICA

POR LA COMPRA DE 2 PACKS DE LENTILLAS LLÉVATE ESTA FUNDA IMPERMEABLE PARA EL MÓVIL

Alcon®, Air Optix®, Air Optix® Plus Hydraglyde®, DAILIES®, AquaComfort Plus®, y el logo de Alcon son marcas registradas de Novartis. ©2019 Novartis. I11903982185. Material de comunicación aprobado en marzo de 2019. Estos productos son conformes con la legislación vigente en materia de productos sanitarios. Lentes: Contraindicaciones: Alergia, inflamación, infección o irritación alrededor del ojo o en los párpados. Cualquier enfermedad sistémica que pueda exacerbarse o interferir con el uso de lentes de contacto. Uso de cualquier medicación que esté contraindicada o interfiera con el uso de lentes de contacto incluyendo medicaciones oftálmicas. Película lagrimal inadecuada (ojo seco). Hipoestesia corneal (sensibilidad reducida de la córnea). Si los ojos enrojecen o se irritan. Posibles efectos secundarios: Sensación de cuerpo extraño. Incomodidad de la lente. Ojos rojos. Sensibilidad a la luz. Escozor, quemazón, picor o lagrimeo del ojo. Reducción de la visión. Arco iris o halos alrededor de las fuentes de luz. Aumento secreciones oculares. Incomodidad/dolor. Ojo seco grave o persistente. Para más información consulte con su profesional del cuidado de la visión. Promoción de 1 de Junio al 31 de Julio o hasta finalizar existencias de las fundas impermeables (10.000 unidades). Lo primero que suceda.

DISFRUTA DE LA
PAGA EXTRA
SIN LÍMITES
CON TUS LENTES DE CONTACTO
DESCÚBRELAS EN
OC OPTICA
SOLO PARA
Contact Lens
LOVERS
Alcon
PREPÁRATE A VIVIR NUEVAS AVENTURAS

Realiza un buen ajuste de tus gafas **en OC OPTICA**

Un buen ajuste de la gafa a la forma de tu cara y tu cabeza es sumamente importante, seguramente tendrás que llevarla muchas horas al día y el ajuste adecuado hará que te resulte más cómoda y que la posición respecto al ojo sea la adecuada para una correcta visión.

¿Como se deben ajustar tus gafas?

• Lo primero que debes observar es que la montura esté recta respecto a tu rostro

• La distancia a tu cara ha de ser la misma en ambos lados, sin que lleguen a estar demasiado pegadas.

• La distancia al ojo será la menor posible.

• El centro óptico debería estar justo delante de tus ojos

• Las almohadillas de la nariz tienen que hacer la presión justa para que la gafa no se deslice pero sin llegar a dejar marcas.

• Las varillas reposarán en el hueso temporal, detrás de la oreja y tienen que seguir la curva de tu cabeza para ajustarse adecuadamente

• En caso de que tus gafas se desajusten acercarte a tu óptica para que realicen los ajustes necesarios, de esta forma te aseguras la correcta posición de las mismas y evitas posibles roturas por una mala manipulación.

En OC siempre realizamos un ajuste preciso y una exhaustiva limpieza de tus gafas para que puedas disfrutar de ellas sin molestias y con la mejor visión posible.

OC OPTICA

NIKE 7929

NIKEVISION.COM

¡Legañas! ¿Que hago?

Las legañas están formadas por la acumulación de la mucosidad secretada durante la noche por las glándulas de Meibomio, situadas en los párpados. Con el paso de las horas, se endurecen, formando pequeños cristales blanquecinos en la comisura de los ojos.

Esta mucosidad tiene una función defensora: "atrapa" las diminutas partículas de polvo, las células epiteliales muertas que provienen de las pestañas y otro tipo de partículas que entran en el ojo y pueden dañarlo.

¿Hay legañas durante el día?

¡Por supuesto! La mucosidad protectora está presente las 24 horas. Cuando el ojo está abierto, se reparte con el parpadeo, lo que impide o reduce su acumulación y cristalización en la comisura de los ojos. Tener gran cantidad de legañas al levantarse indica que hay una hipersecreción ocasionada por problemas en la película lacrimal. Estos problemas pueden estar asociados a alguna patología como conjuntivitis o blefaritis.

Sabías que… Usar lentes de contacto también estimula la secreción de las glándulas de Meibomio, aumentando la cantidad de legañas

¿Y para limpiarlas?

En la mayoría de los casos, basta con lavarse la cara con agua templada para "librarse" de ellas. Si están muy pegadas o son muy abundantes, se pueden quitar con toallitas específicas para párpados o con un algodón empapado en una infusión tibia de manzanilla. Este último método es muy utilizado para quitar las legañas a los bebés, que suelen tener mayor cantidad que los adultos porque, al dormir más, tienen los ojos cerrados durante más tiempo y tienen las conjuntivas más sensibles.

Cuando hay muchas y, sobre todo, cuando se asocian a molestias en el ojo, como puede ser picor o enrojecimiento, conviene consultar con un oftalmólogo; él será quién determine el mejor método para hacerlas desaparecer.
¿Tienes algún truco para deshacerte de las legañas?, ¿Nos lo cuentas?

¿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 Neurolingüistica- 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!

¿Sabes cómo relajar tus ojos?

Tus ojos están en constante actividad, desde que te levantas, hasta que te acuestas. Se someten a cambios de luz, a deslumbramientos, a reflejos, a horas de ordenador, a contaminación… ¿Te has parado a pensarlo alguna vez? ¡Tienen que estar agotados!

Estos 5 consejos básicos te ayudarán a prevenir y solucionar la fatiga visual. Toma nota:

• Presta atención a la luz. No importa cuál sea tu actividad, la luz que te acompaña es vital. Asegúrate de que se adapta a tus necesidades de claridad y, en caso de pasar muchas horas en el exterior, protégete con gafas de sol polarizadas de los deslumbramientos y del exceso de luz, que fatigan tus ojos.

• Realiza pausas. Es posible que, en el trabajo, pases mucho rato utilizando tu visión de cerca, mirando al ordenador, por ejemplo. Establece una rutina de pausas cada cuarto de hora o media hora; aprovéchalas para mirar a algún objeto que esté lejos. No dudes en repetir esta operación si notas que guiñas demasiado los ojos o que empiezan a lagrimear.

• Prepárate un "hueco" de oscuridad. Como mejor se relajan los ojos es en la oscuridad total. Puedes "crearla" poniendo ambas palmas de la mano sobre ellos, cruzando los dedos sobre la oscuridad total. Puedes "crearla" poniendo ambas palmas de la mano sobre ellos, cruzando los dedos sobre la frente y sin presionar, formando un "hueco" de oscuridad total.

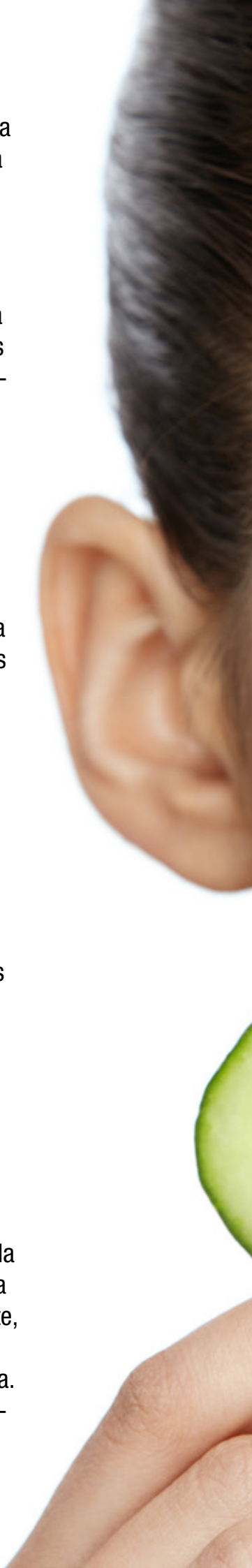
Es conveniente hacer este ejercicio una vez al día, durante unos minutos. Repite esta operación o prolonga su tiempo de duración si notas tus ojos muy cansados.

• Cambia el enfoque. Modifica de vez en cuando la distancia y la posición de los objetos con los que trabajas. Aleja un poco la pantalla del ordenador, por ejemplo y ajusta el brillo y contraste de la misma según lo necesites. Si quieres saber cómo adecuar la pantalla de tu ordenador para cuidar tu vista, consulta nuestro post: "Ajusta tu pantalla: tus ojos te lo agradecerán"

• Apúntate a la máscara de frío. Elige un momento del día para relajarte y ponerte en los ojos un antifaz congelado. Si es demasiado frío para ti, espera a que se temple un poco.

Si puedes, aplica sobre tus párpados y contorno de ojos alguna crema hidratante, y permanece tumbado/a con la máscara puesta durante unos 20 minutos. Notarás los efectos inmediatamente.

Si la fatiga visual forma parte de tu día a día, prueba nuestras lentes Essilor Anti-Fatigue. Cuentan con una suave adición que relaja la acomodación ocular, facilita la visión de cerca y proporciona un mayor confort, ayudándote, en definitiva, a que tus ojos descansen durante la jornada. Son aptas para miopes, hipermétropes y/o astígmatas



¿Necesitas gafas?

5 Razones para llevarlas
¿Sabes a qué te arriesgas cuando, aún necesitando gafas, no las llevas?

En la actualidad, las gafas son un complemento visual y estético indispensable para muchos. Sin embargo, algunos todavía se resisten a usarlas. Si supieran los problemas asociados a esta "resistencia", correrían a la óptica a hacerse unas. Te explicamos por qué.

Si necesitas gafas y no las usas…

• Tu visión no está siendo tan clara como debería. El 80% de la información que recibes llega a través de la vista. Este porcentaje alcanza el 90% cuando conduces. ¿Te das cuenta de todo lo que te pierdes si no usas gafas?

• Si eres miope, te costará ver las cosas que están lejos. Esta circunstancia hará difíciles actividades muy sencillas como ver las señales en una autopista o saludar a personas que conoces por la calle. Si tu hijo es miope y no lleva gafas, puede acabar teniendo un ojo vago ¡No dejes pasar un día más sin ir al óptico!

• Si eres hipermétrope, te costará enfocar los objetos que están cerca. Esto puede producir dolor de cabeza y fatiga visual. Los niños que tienen hipermetropía suelen decir que no les gusta leer ¿Te ha dicho eso tu hijo alguna vez?

• Utilizar lentes con una prescripción más alta de la adecuada, puede ser tan problemático como no usarlas. Cuando esto pasa, necesitarás acercarte mucho a las cosas para poder enfocarlas, lo que puede causarte dolores de cabeza y fatiga visual. Revisa tu vista una vez al año para que esto no te pase.

• Una gafa graduada sirve sólo para su usuario. A la hora de hacer unas gafas, el óptico-optometrista tiene en cuenta la graduación de cada ojo y, además, considera otros factores como la distancia entre las pupilas, la actividad para la que se van a usar las gafas y la montura que has elegido. No compartas tus gafas con nadie ni uses las de otra persona, ni siquiera cuando la graduación sea similar

En Essilor sabemos que cada persona es única y, por eso, ofrecemos soluciones específicas para cada usuario de gafas. Pregunta a tu óptico cuál es la que más se ajusta a tus necesidades.

Qué problemas puede causar el sol del verano en los ojos

Muchos son los cuidados que los especialistas recomiendan tener durante el verano. Te contamos cómo proteger tus ojos del sol y prevenir inconvenientes.

El verano es el momento del año que más disfrutamos, pero también cuando más tenemos que cuidarnos, especialmente del sol y no solo a nuestra piel. Debemos prestar especial atención al cuidado de nuestros ojos y tomar precauciones para protegerlos.

La radiación solar en verano es mayor y esto significa que los rayos ultravioleta (UV) tienen un índice especialmente elevado, lo que significa una mayor capacidad de producir lesiones en las áreas sensibles del cuerpo.

Principales problemas que puede causar la exposición a los rayos UV en los ojos:

Queratitis actínica. Aparece tras una exposición prolongada de los ojos al sol sin la protección adecuada. Sus síntomas son: dolor, fotofobia (intolerancia anormal a la luz), lagrimeo y ojo rojo. Suelen prolongarse durante uno o dos días y desaparecen sin dejar secuelas.

Degeneraciones conjuntivales. La más extendida es el pterigion, un crecimiento anormal de la conjuntiva sobre la córnea que se produce por exposición solar y sequedad. Se presenta como una zona elevada blanquecina en el borde interno y/o externo de la córnea.

Lesiones cutáneas perioculares. Los párpados son una zona de piel muy sensible y especialmente vulnerables a los rayos UV que pueden degenerar en lesiones tumorales en personas predispuestas.

Los rayos UV también pueden producir afecciones de la retina (maculopatía) o incluso acelerar el proceso de cataratas.

¿Cómo prevenir las afecciones de la vista en verano?

La medida preventiva de estas afecciones provocadas o agravadas por la acción de la radiación solar es la utilización de anteojos de sol homologados con los filtros correspondientes.

Por eso, a la hora de comprar tus gafas procura que cuente con los filtros UVA y UVB 400, que es la protección a los rayos ultravioletasmás alta.

El riesgo de sufrir los daños que produce el sol es acumulativo, por lo que vamos sobre exponiendo nuestros ojos a través de los años. Por lo tanto, los especialistas recomiendan cuidarlos desde la infancia. Es muy importante generar en los niños el hábito de usar gorras, viseras e incluso anteojos de sol.

La medida preventiva de estas afecciones provocadas o agravadas por la acción de la radiación solar es la utilización de anteojos de sol homologados con los filtros correspondientes. Por eso, a la hora de comprar tus gafas procura que cuente con los filtros UVA y UVB 400, que es la protección a los rayos ultravioletasmás alta.

El riesgo de sufrir los daños que produce el sol es acumulativo, por lo que vamos sobre exponiendo nuestros ojos a través de los años. Por lo tanto, los especialistas recomiendan cuidarlos desde la infancia. Es muy importante generar en los niños el hábito de usar gorras, viseras e incluso anteojos de sol.

KENZO
PARIS

DESCÚBRELAS EN

OC OPTICA

KENZO
PARIS

DESCÚBRELAS EN

OC OPTICA

OC OPTICA®

Síguenos en: