Newsletter **2020**

FEBRERO

OC OPTICA®

OC OPTICA

OC OPTICA

MÁXIMA PRECISIÓN

GRADUACIÓN CONVENCIONAL

PRECISIÓN DE **0,25 Dioptrías**

N EN GRADUACIÓN.

AVA™

AN ESSILOR INNOVATION

NUESTRO SISTEMA DE GRADUACIÓN

PRECISIÓN DE **0,01 Dioptrías**

OC OPTICA®

OC OPTICA® DISPONE DE UN SISTEMA DE GRADUACIÓN PIONERO EN ANDALUCÍA.

AVA™

AN ESSILOR INNOVATION

¿Sabías que en OC ÓPTICA podemos graduar tu vista con más precisión?

Somos pioneros en Andalucía en introducir una tecnología única, capaz de conseguir una graduación muy superior a lo que habitualmente se consigue con otros sistemas convencionales.

-2.00D
-2.17D
-2.25D
DALE A TUS OJOS
LA PRECISIÓN
QUE SE MERECEN
AVA
UN NUEVO VIAJE HACIA LA ALTA PRECISIÓN VISUAL
CON UN SISTEMA DE REFRACCIÓN REVOLUCIONARIO Y
MÁS PRECISO INTEGRADO EN EL DISEÑO DE LAS LENTES.
VER MÁS.
VIVIR MÁS.
essilor

OC OPTICA

ESPAÑA

Fran Moya

de la Asociación ASMUN,

nos presenta su nuevo reto
¨Pedaleando por una sonrisa"
donde OC ÓPTICA participa
como patrocinador.

Ruta en bicicleta El Ejido-Lisboa con fines beneficos.

PORTUGAL

ASMUN

SOLIDARI@S POR EL MUNDO

PEDALENADO POR UNA SONRISA

KENZO
PARIS

DESCÚBRELAS EN

OC OPTICA

¿Qué es un queratocono?

El queratocono se produce cuando la córnea se vuelve más fina y sobresale de su lugar en forma de cono, de ahí el nombre que recibe este problema. La córnea es la cúpula transparente que recubre la parte delantera del ojo, su función es enfocar la luz en el ojo. Esta deformación de la córnea hace que no pueda cumplir su objetivo de reflejar la luz correctamente, y los rayos de luz se desenfoquen.

De esta manera la visión se vuelve borrosa y distorsionada dificultando las tareas más cotidianas como leer o escribir. No se conocen las causas específicas de este problema, aunque se cree que puede ser hereditario. Al menos 1 de cada 10 personas que padece queratocono tiene algún familiar que también lo sufre. Por otro lado, también se vincula con las alergias y frotarse demasiado los ojos. El queratocono suele manifestarse al final de la adolescencia hasta alrededor de los 25 años.

Los síntomas van empeorando de manera lenta y progresiva por aproximadamente 10 o 20 años.

Síntomas del queratocono

Es común que el queratocono afecte a ambos ojos a la vez, aunque es posible que solo afecte a uno. Lo síntomas pueden ser distintos en cada ojo y cambiar a lo largo del tiempo. Dependiendo de la fase en la que estemos los síntomas serán diferentes.

En la etapa más prematura suele aparecer visión borrosa leve, mayor sensibilidad a la luz y deslumbramientos. También podría presentarse visión distorsionada con dificultad de reconocer formas, los ojos pueden inflamarse y enrojecerse.

En las etapas más maduras en las que el queratocono ya se ha desarrollado los síntomas suelen empeorar.

Comienza con una visión más distorsionada y borrosa, aumentan los problemas como la miopía y el astigmatismo. Es probable que la prescripción de graduación de una persona en esta etapa cambie con frecuencia en poco tiempo. Por último, puede que nuestro ojo deje de aceptar las lentes de contacto y ocasione un rechazo, al no poder adaptarlas y ajustarlas de manera correcta al ojo.

Como hemos comentado antes normalmente en pasar de una etapa a otra el queratocono tarda años. No obstante, puede llegar a empeorar drásticamente, la córnea se hincha de repente y pierde su suavidad y transparencia. Recuerda visitar a tu médico u oftalmólogo ante cualquier cambio de visión que notes para evitar complicaciones.

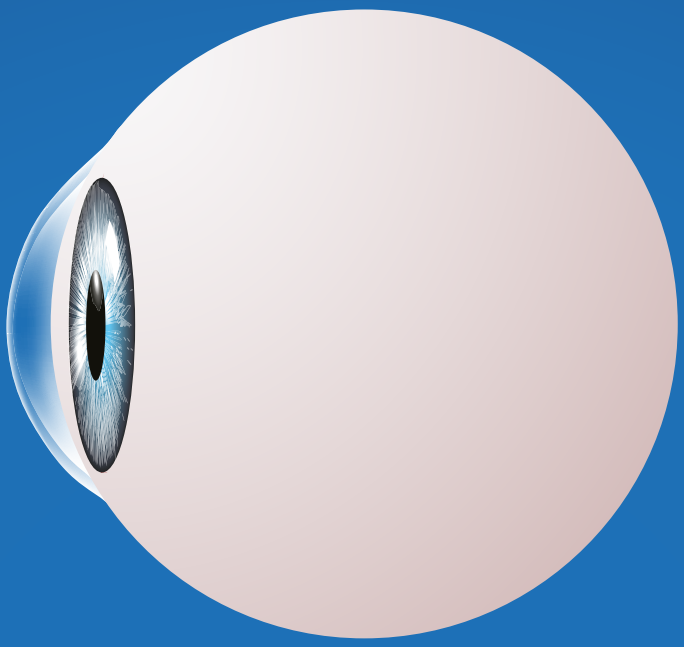
Diagnóstico y tratamiento del problema. El diagnóstico del queratocono puede producirse en un examen rutinario de vista. El experto examinará la córnea y medirá su curvatura, para comprobar si hay algún cambio en su forma. Tras esto dependerá de los síntomas del paciente los distintos tratamientos.

Si los síntomas que presenta son leves puede corregirse el problema con gafas o con lentes de contacto rígidas. Si el problema es más grave pueden utilizarse otro tipo de tratamientos como los siguientes:

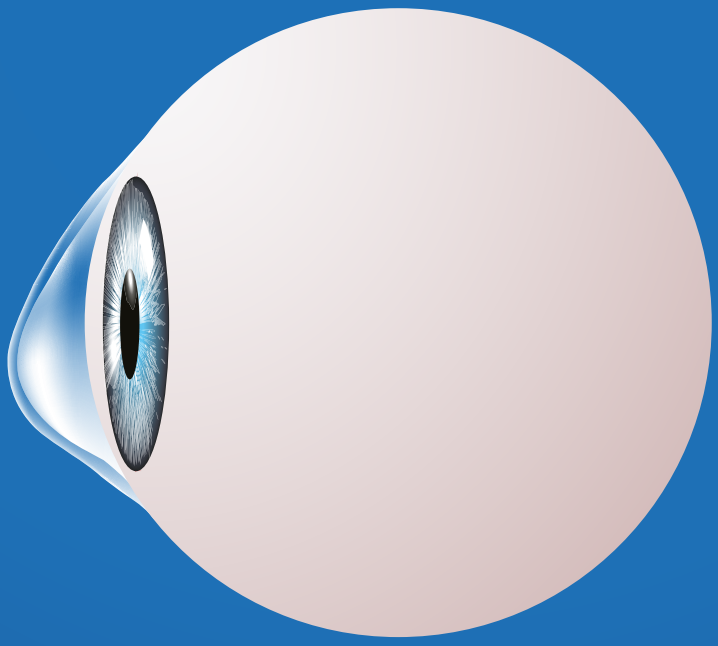
Intacs: Los intacs son pequeños implantes que se coloca mediante cirugía en la córnea. Este pequeño dispositivo tiene la función de aplanar la curva de la córnea para mejorar la visión.

Reticulación del colágeno: Consiste en mejorar el colágeno de la córnea mediante una luz especial UV y gotas oculares. Puede utilizarse en combinación con los intacs.

Trasplante de córnea: En los casos más severos de queratocono el oftalmólogo puede llegar a recomendar un trasplante de córnea. Este tipo de trasplante se usa para otras dolencias como infecciones o lesiones graves, pero el queratocono es la causa principal por la que se suele realizar.



Cornea normal



Queratocono

¿Puede la nieve **dañar nuestros ojos?**

A ninguno se nos ocurría visitar la playa sin ponernos crema solar o sin llevar gafas de sol. Pero cuando hablamos de ir a la montaña o a zonas muy frías en las que puede nevar, muchas veces lo dejamos pasar por alto creyendo que en esta situación no es tan importante. La realidad es que esto es un grave error y puede traernos serios problemas tanto en la piel como en los ojos.

¿Por qué la nieve puede dañar tus ojos?

¿Sabías que la nieve refleja el sol cuatro veces más que la arena de la playa? Esto se debe al albedo, su nombre proviene de ‘’albus” que significa luz o color pálido. El albedo representa el porcentaje de radiación que una superficie refleja respecto a la que recibe. La nieve tiene el porcentaje más alto de los materiales de la tierra, un 86% frente al 10% del océano, el albedo medio en la superficie terrestre es de alrededor del 35%. Las superficies claras y con brillo tienen un albedo superior que las oscuras y mates.

Tanto la altitud de una montaña o las zonas en las que suele encontrarse mayor cantidad de nieve, pueden afectar nuestra salud ocular. A mayor altitud hay menos densidad en la atmósfera, menos contaminación y otras partículas suspendidas en el aire por lo que, aunque nuestros pulmones lo agradecen la radiación ultravioleta es aún mayor.

Problemas oculares que se pueden ocasionar Sin una protección adecuada, las radiaciones ultravioletas del sol pueden producir lesiones oculares como irritación e inflamación de la córnea y la conjuntiva, y otras más perjudiciales como las úlceras corneales. La nieve multiplica la cantidad de radiaciones ultravioletas por lo que deberemos tener más cuidado que de costumbre para protegernos ante sus efectos. Incluso hay una afección tan relacionada con la nieve que se ha bautizado con el nombre: oftalmia de la nieve.

La oftalmia de la nieve es una queratoconjuntivitis, es decir una hinchazón de la córnea y la conjuntiva, normalmente afecta a ambos ojos a la vez. Este problema se presenta habitualmente en personas que practican deportes de invierno como el esquí, aunque también en alpinistas. Los síntomas comienzan unas horas después de la exposición con fotofobia y lagrimeo, más tarde se produce un enrojecimiento del ojo, dolor y puede llegar a la ceguera temporal.

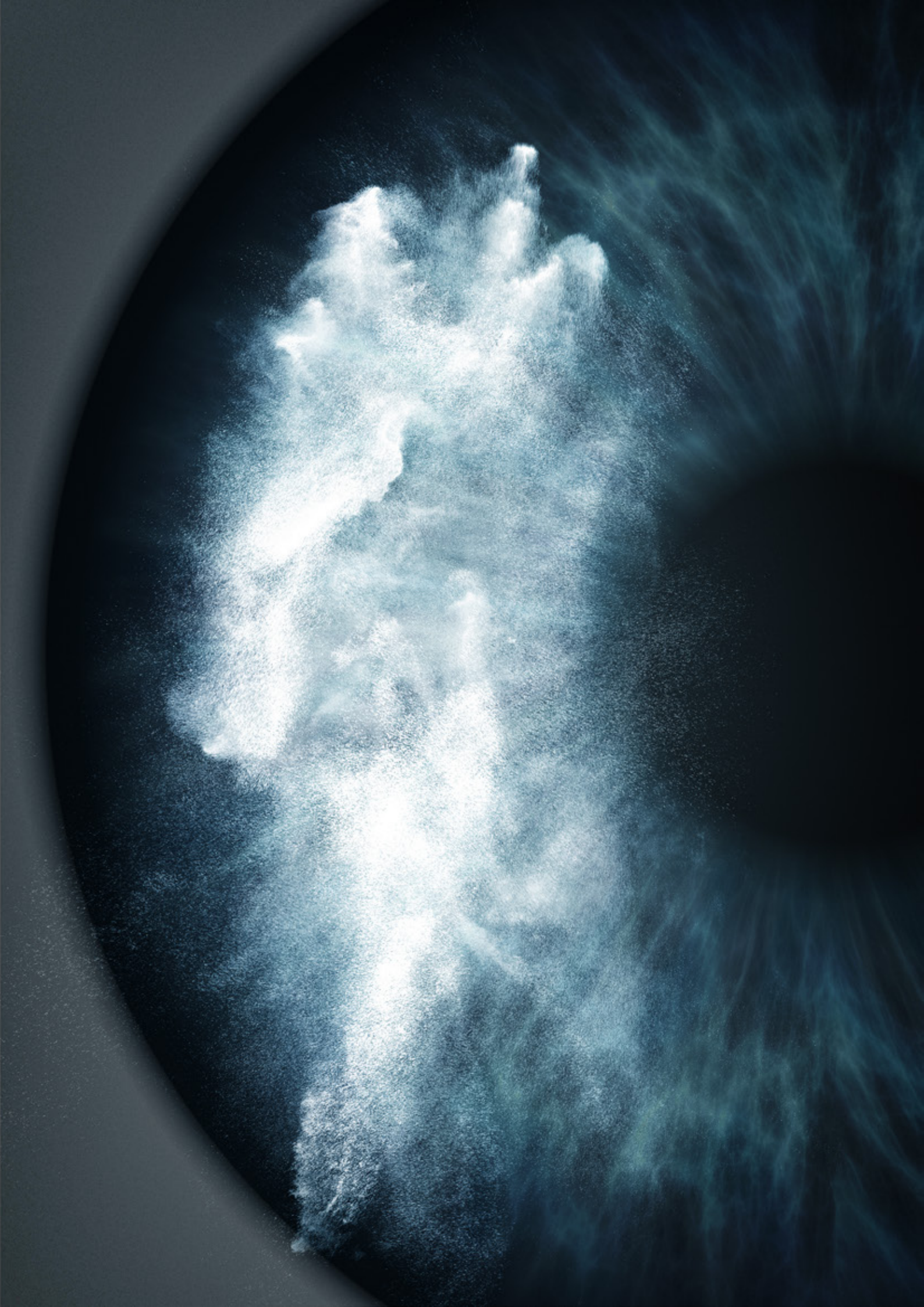
En el caso de sentir estos síntomas debes acudir con la mayor brevedad posible a un experto de la visión que pueda diagnosticar el problema y ofrecerte un tratamiento adecuado. Normalmente es suficiente con la aplicación de lágrimas artificiales o pomadas para paliar los síntomas. Pero no debes confiarte ya que los daños solares son acumulativos, igual que cuando nos quemamos en la playa un año tras otro.

Recuerda que es fundamental proteger tus ojos tanto en verano como en invierno. Usa gafas de sol homologadas y dispongan el certificado de calidad adecuado.

Incluso hay una afección tan relacionada con la nieve que se ha bautizado con el nombre: oftalmia de la nieve. La oftalmia de la nieve es una queratoconjuntivitis, es decir una hinchazón de la córnea y la conjuntiva, normalmente afecta a ambos ojos a la vez. Este problema se presenta habitualmente en personas que practican deportes de invierno como el esquí, aunque también en alpinistas.

Los síntomas comienzan unas horas después de la exposición con fotofobia y lagrimeo, más tarde se produce un enrojecimiento del ojo, dolor y puede llegar a la ceguera temporal. En el caso de sentir estos síntomas debes acudir con la mayor brevedad posible a un experto de la visión que pueda diagnosticar el problema y ofrecerte un tratamiento adecuado. Normalmente es suficiente con la aplicación de lágrimas artificiales o pomadas para paliar los síntomas. Pero no debes confiarte ya que los daños solares son acumulativos, igual que cuando nos quemamos en la playa un año tras otro.

Recuerda que es fundamental proteger tus ojos tanto en verano como en invierno. Usa gafas de sol homologadas y dispongan el certificado de calidad adecuado.



YOU'LL
NEVER WANT
TO WEAR
ANYTHING
ELSE AGAIN.
Incomparably light.
Extraordinarily comfortable.
Try it. Wear it. Love it.
www.silhouette.com
silhouette
ICONIC EYEWEAR MADE IN AUSTRIA SINCE 1964

OC OPTICA

ouette®

LOEWE

OC OPTICA

¿Qué es la refracción?

Casi todos los problemas de visión más comunes tienen su origen en la refracción ocular, te contamos qué es y porqué es tan importante en nuestra visión.

La refracción es el movimiento que se produce cuando la luz cambia su trayectoria al pasar a través de un objeto. La refracción ocular ocurre al desviarse los rayos de la luz al atravesar la córnea y el cristalino para enfocarse sobre la retina. Estos rayos de luz son trasformados por la retina en impulsos eléctricos que llegan al cerebro a través del nervio óptico. Es gracias a esto que nuestro cerebro interpreta estos impulsos y es capaz de crear las imágenes que vemos.

Los problemas más frecuentes ocurren cuando la refracción no se realiza correctamente y las imágenes no se enfocan como deberían en la retina causando dichos defectos en nuestra visión.

Los defectos de refracción y sus problemas oculares

La miopía. Podría decirse que es el defecto de refracción más común, provoca visión imprecisa a media y larga distancia. Habitualmente, la causa del problema está en la forma de la córnea, que al estar demasiado curvada provoca que los rayos de la luz no se enfoquen en la retina si no delante de ella.

La hipermetropía. Este defecto también lo provoca la forma de la córnea que esta vez es demasiado plana y produce que el punto de enfoque se sitúe detrás de la retina. La hipermetropía comienza con una visión borrosa desde cerca en personas jóvenes, pero si el problema persiste en el tiempo puede causar problemas de visión en todas las distancias.

El astigmatismo. Este defecto de refracción se produce al existir varios puntos de enfoque en vez de uno solo, sucede al no tener una curvatura de la córnea o del cristalino lo suficientemente esférica. El astigmatismo, en la mayoría de los casos acompaña a la miopía, su consecuencia la falta de visión nítida a todas las distancias.

La presbicia. Este problema se presenta normalmente a partir de los 40 a 45 años. El envejecimiento provoca que el cristalino pierda su capacidad de adaptación. Esto hace que tengamos dificultades graduales para enfocar a los objetos desde cerca.

¿Cómo se mide la refracción?

La manera más sencilla de medir la refracción es con un instrumento llamado auto refractómetro, con este aparato en pocos segundos se pueden detectar los problemas de refracción de un paciente. Incluso, puede detectar la graduación aproximada que necesitaría para corregir los problemas de visión. A pesar de su efectividad, en la mayoría de los casos el experto de la visión realiza también una prueba manual. Mediante el test de optotipos, con el que el paciente tiene que decir en voz alta letras o números que se le presentan en un panel delante de él, el experto es capaz de medir con exactitud la agudeza visual y determinar la graduación necesaria.

¿Cuánto hace que no visitas al óptico?

Revisarse los ojos es fundamental para tener una buena salud visual. Los españoles somos un poco "dejados" en esto… ¡Aprovecha el Día Mundial de la Visión para invertir la tendencia! Pese a que un 95% de los españoles considera la visión como el sentido más importante, un 40% admite no haberse revisado la vista en el último año (1). De acuerdo con datos ofrecidos por el Libro Blanco de la Visión en España, las visitas al óptico se han reducido en un 25% desde el inicio de la crisis. Este hecho repercute negativamente a la calidad de visión y, entre otras muchas cosas…

- Hace más peligrosa la conducción
- Dificulta el rendimiento laboral
- Frena el aprendizaje escolar
- Aumenta el riesgo de caídas

Sabiás qué…

Las mujeres se toman más en serio su vista que los hombres: el 66% se realizan revisiones oculares frente al 57% de los hombres. (2)

Los niños españoles son los que más gafas llevan entre lo europeos (4 de cada 10 niños). Sin embargo, sólo el 6% lleva lentes que protegen de los rayos ultravioleta. Además, el 52% de los padres desconoce que los problemas visuales no detectados podrían conllevar el fracaso escolar. (3)

Los jóvenes de 18-24 años no se toman muy en serio su salud visual: el 44% no se revisa porque considera que es caro y el 48% no acude argumentando que "no es un asunto de primera urgencia en este momento". (1)

Los présbitas deberían estar más concienciados. El 67% de los mayores de 45 años admite tener presbicia y un 15% cree tenerla, pero no ha acudido al óptico para confirmarlo. El 43% piensa que las lentes progresivas son el mejor método para corregir este defecto visual. (4)

Los mayores de 60 no se revisan la vista tanto como deberían (el 80% tiene problemas de visión): sólo el 20% de los que llevan gafas mantienen actualizada su graduación y la mayoría deja pasar una media de 8 años entre revisión y revisión (5). Muchos de ellos no son conscientes de que no ven bien y otros muchos se resigna a ver mal. (6)

1- Barómetro Global de Salud Visual de Bausch & Lomb
2- Informe sobre Salud Visual y Tendencias de Transitions Optical
3- Estudio Visual de los Europeos de Transitions Optical
4- Primera Campaña Nacional de Diagnóstico de la Presbicia, impulsado por el Instituto Varilux en colaboración con el Consejo General de Colegios de Ópticos-Optometristas
5- La Fundación Salud Visual y Desarrollo Optométrico y Audiológico
6- Primera Semana de La Salud Visual impulsada por la Fundación Salud Visual (FUNSAVI)

E
F P
T O Z
L P E D
P E C F D
E D F C
O E F P O E C

DESCÚBRELAS EN

OC OPTICA

DESCÚBRELAS EN

OC OPTICA

Historia de un orzuelo

En la base de las pestañas, existen unas glándulas llamadas de Moll o de Zeiss que, cuando se inflaman debido a una infección, forman un doloroso bultito conocido como orzuelo. Cuando esta pequeña protuberancia aparece en otra parte del párpado, es porque la inflamación está localizada en una glándula de Meibomio.

Cuando los gérmenes infectan estas glándulas, el sistema inmunitario los combate enviando glóbulos rojos a la parte dañada. En esta "batalla" se produce un absceso, una hinchazón más o menos dolorosa, que contiene pus.

Por lo general, los orzuelos duran de una semana a 10 días, siendo la etapa más molesta de unos 3-4 días. Cuando su presencia se prolonga en el tiempo conviene consultar con un experto; él será quién mejor determine el tratamiento a seguir.

Mejorar la higiene del ojo ayuda a limpiar la zona y a superar la infección. Algunos remedios caseros para hacerlo son:

Aplicar un algodón humedecido en agua caliente (tampoco demasiado) varias veces al día.

Frotar un anillo de oro o una cuchara contra un tejido para calentarlo y colocarlo sobre el orzuelo.

Humedecerlo con bolsitas templadas de alguna infusión, generalmente, manzanilla.

Lavar el ojo con suero o toallitas específicas para párpados cada 3-4 horas.
IMPORTANTE: Evita toquetear demasiado el orzuelo con los dedos porque podrías extender la infección y NI SE TE OCURRA presionarlo o pincharlo para hacer salir el pus que contiene; el orzuelo debe drenarse de forma natural, tratar de acelerar el proceso no hará sino complicarlo y prolongarlo.

Lo normal es que desaparezca totalmente a los pocos días. Pero, en algunas ocasiones, no se reabsorbe completamente y deja como "recuerdo" una pequeña bolita de grasa dura que el oculista determinará si se debe o no extirpar de forma quirúrgica.

¿Has tenido algún orzuelo alguna vez? ¿Qué hiciste para combatirlo?

CELINE

DESCÚBRELAS EN
OC OPTICA
CELINE

CHANEL

OC OPTICA

CHANEL

OC OPTICA

OC OPTICA®

Síguenos en: