Newsletter **2020**

ABRIL




LOEWE

LOEWE



OC OPTICA

LOEWE







OC OPTICA

LOEWE







OC OPTICA



KENZO
PARIS


OC OPTICA
KENZO

Reevolución

Reevolucionemos juntos, porque juntos somos mejores.

En **OC OPTICA®** nos reinventamos,
porque ser luchadores incansables, es nuestra naturaleza.
Nos adaptamos al nuevo mundo que nos rodea y creamos
nuevas herramientas y acciones para apoyarte como nunca,
porque nunca estar tan lejos nos hizo estar tan cerca.

#Reevolución




OC OPTICA

Reevolución

Sí, una Reevolución de la que tu formas parte.

OC OPTICA

OC OPTICA® ha innovado en el sector de la óptica y en la forma de relacionarse con todos vosotros, con tecnología de vanguardia, las firmas más prestigiosas y mucha creatividad. Ahora debemos adaptarnos a este nuevo mundo que nos rodea, y es responsabilidad de todos hacerle frente juntos, codo con codo y conseguir salir más reforzados que nunca.

Como establecimiento sanitario autorizado **OC OPTICA®** dispone de todo lo necesario y cumple con todos los protocolos de seguridad vigentes, para ofrecerte una experinecia de calidad y atender cualquier necesidad o urgencia, para mantener al día tu salud visual con todas las garantías.

Hemos tomado la iniciativa para proveer nuestros establecimientos de la tecnología más avanzada, así como las herramientas necesarias para mantener una higiene de máximo nivel, en todo momento y por lo tanto un servicio que cubra totalemente tus expectativas.

Todo nuestro personal estará provisto de mascarillas adecuadas, así como gafas y guantes, además de hacer uso de gel hidroalcohólico desinfectante. Además procedemos a diario con la desinfección de superficies expuestas al contacto y de los instrumentos ópticos y optométricos.

Nuestros centros están provistos de la tecnología más avanzada como potentes lámparas germicidas de luz ultravioleta, termómetros frontales digitales para lecturas inmediatas o esterilizadores profesionales de luz ultravioleta, germicida y bactericida.

Todas estan medidas son parte de nuestro trabajo como profesionales de la óptica para ofrecerte la seguridad y la calidad de la atención que mereces.

¡Nosotros ya estamos en marcha, pero no volvemos,
porque nunca nos hemos ido!

#Reevolución

Los jóvenes son cada vez más miopes, en parte por el uso de pantallas.

Dos millones de catalanes son miopes, de los que medio millón tienen entre 17 y 27 años, mientras que uno de cada cinco supera ya las cuatro dioptrías, acercándose a niveles de riesgo, en parte por el uso cada vez más habitual de pantallas (móvil, ordenadores o tabletas)

Con motivo de la celebración este jueves del Día Mundial de la Visión, el Colegio Oficial de Ópticos Optometristas de Cataluña (COOOC) ha advertido de que una de las causas de este incremento de miopes en la sociedad se encuentra en el cambio de hábitos de vida, con la incorporación de pantallas.

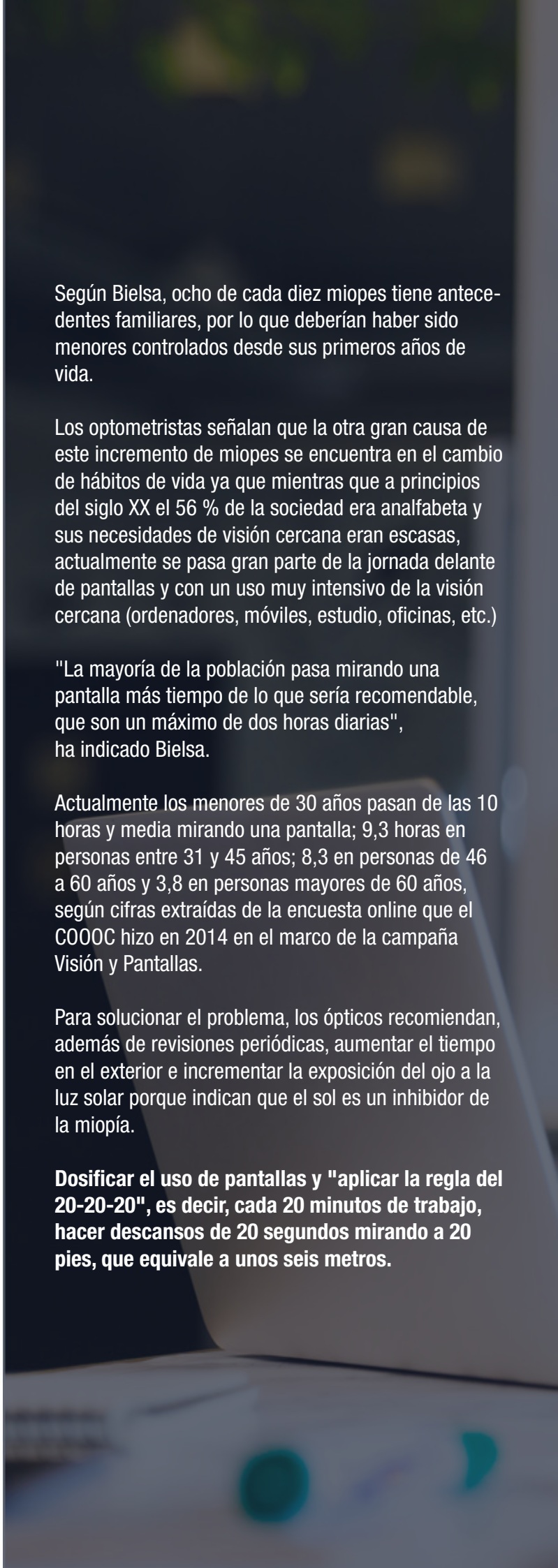
El colegio profesional ha recordado que la miopía ya es considerada como la pandemia del siglo XXI por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y se prevé que en 2050 la mitad de la población sea miope.

A pesar de que la miopía no esté considerada como una enfermedad, sino como un defecto refractivo, "es necesario informar al ciudadano de que un ojo de más de 5 dioptrías se considera un ojo patológico y que, a la larga, puede sufrir importantes problemas visuales y oculares", ha alertado el presidente del COOOC, Alfons Bielsa.

Por ejemplo, ha especificado, una persona con más de 7 dioptrías multiplica por 44,2 las posibilidades de sufrir un desprendimiento de retina y por 126,6 las de una maculopatía.

El COOOC también ha mostrado su preocupación porque los niños y las niñas que hoy tienen 10 años tienen unas miopías un 30% más altas que los niños y las niñas de 10 años de 2008.

Además del uso de las pantallas, según el colegio profesional, otra de las causas puede ser la falta de sistemas de atención temprana y prevención.



Según Bielsa, ocho de cada diez miopes tiene antecedentes familiares, por lo que deberían haber sido menores controlados desde sus primeros años de vida.

Los optometristas señalan que la otra gran causa de este incremento de miopes se encuentra en el cambio de hábitos de vida ya que mientras que a principios del siglo XX el 56 % de la sociedad era analfabeta y sus necesidades de visión cercana eran escasas, actualmente se pasa gran parte de la jornada delante de pantallas y con un uso muy intensivo de la visión cercana (ordenadores, móviles, estudio, oficinas, etc.)

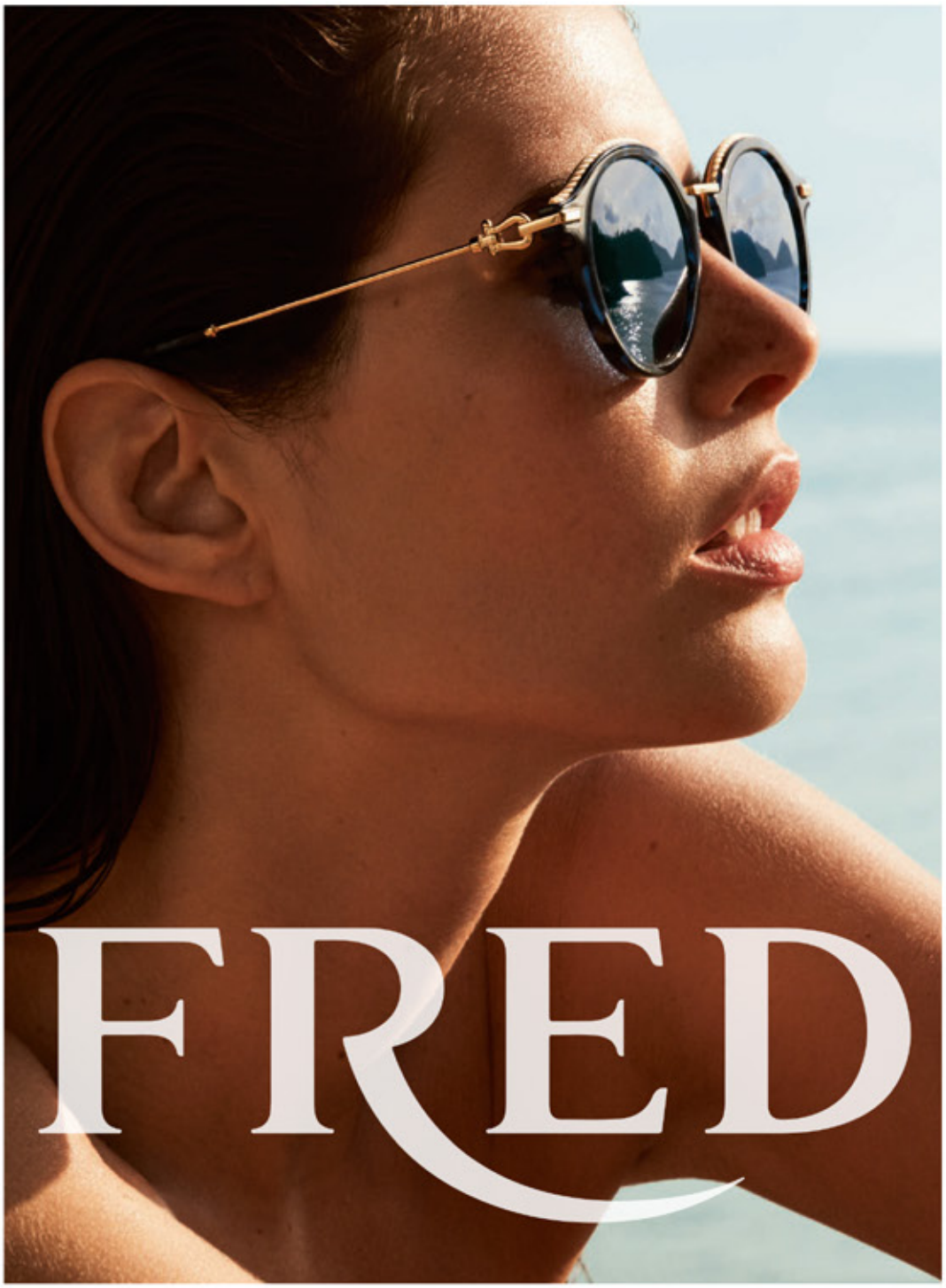
"La mayoría de la población pasa mirando una pantalla más tiempo de lo que sería recomendable, que son un máximo de dos horas diarias", ha indicado Bielsa.

Actualmente los menores de 30 años pasan de las 10 horas y media mirando una pantalla; 9,3 horas en personas entre 31 y 45 años; 8,3 en personas de 46 a 60 años y 3,8 en personas mayores de 60 años, según cifras extraídas de la encuesta online que el COOOC hizo en 2014 en el marco de la campaña Visión y Pantallas.

Para solucionar el problema, los ópticos recomiendan, además de revisiones periódicas, aumentar el tiempo en el exterior e incrementar la exposición del ojo a la luz solar porque indican que el sol es un inhibidor de la miopía.

Dosificar el uso de pantallas y "aplicar la regla del 20-20-20", es decir, cada 20 minutos de trabajo, hacer descansos de 20 segundos mirando a 20 pies, que equivale a unos seis metros.





DESCÚBRELAS EN

OC OPTICA




FRED



FRED



DESCÚBRELAS EN

OC OPTICA

El 75% de los casos de discapacidad visual se pueden evitar

El Colegio de Ópticos-Optometristas de Castilla y León se suma al Día Mundial de la Visión para concienciar sobre la importancia de cuidar el sentido más importante para el 92% de la población. Un 54% de los ciudadanos de la Comunidad utilizan algún sistema de corrección visual, la mitad de ellos por miopía, un defecto de refracción que empieza en la edad escolar.

Hay concienciar sobre la importancia de las revisiones periódicas de la visión, ya que el 75% de los casos de discapacidad visual se pueden evitar, ya sea desde la prevención o mediante los tratamientos disponibles.

Sin embargo, pese a que la vista es el sentido más importante para el 92% de los ciudadanos en España, según datos del Consejo General de Colegios de Ópticos-Optometristas (CGCOO), del que forma parte COOCYL, sólo el 40% de la población se somete a revisiones regulares.

“El Día Mundial de la Visión es una fecha especial en la que es necesario poner de manifiesto las diferencias que existen en el mundo en relación a la salud visual, porque los recursos que se pueden proporcionar en un país desarrollado no son los mismos que en un país en desarrollo. Pero estamos en Europa, concretamente en España, y contamos con unos servicios visuales privilegiados a través de los establecimientos sanitarios de óptica que podemos y debemos aprovechar”, asegura la decana de COOCYL, Inmaculada Aparicio.

“Estamos capacitados para detectar anomalías de la visión muchas veces antes incluso de que aparezcan los síntomas, de ahí la importancia de acudir a las revisiones periódicas”, asegura, por su parte, la secretaria general de COOCYL, Ana Belén Cisneros.

La vida sedentaria y el uso excesivo de las pantallas está provocando que cada vez más personas padezcan miopía, lo que la convierte en el defecto visual más común entre la población de nuestro país.

Según los datos de COOCYL, 5 de cada 10 españoles utilizan algún sistema de corrección visual, la mitad de ellos por miopía, un defecto visual considerado como una pandemia, pues la OMS estima que en 2050 la sufrirá la mitad de la población. Se trata de un defecto de refracción que comienza en la edad escolar, se detecta en un 65% de los niños y adolescentes de entre 8 y 15 años y sufre el 62,5% de los universitarios españoles.

Las recomendaciones de los ópticos-optometristas de Castilla y León para evitarla pasan por someterse a una revisión anual de la vista, la utilización de determinadas lentes de contacto como medida para controlar su incremento y el ejercicio al aire libre.

Consejos muy importantes si se tiene en cuenta que uno de los principales riesgos de los pacientes con miopía magna es el desprendimiento de retina, una anomalía que tienen un 44% más de riesgo de padecer.

En este contexto, Inmaculada Aparicio añade la importancia de poner todos los medios a nuestro alcance “para que veamos bien, con claridad y calidad, y mantengamos nuestra visión en condiciones óptimas para aprovechar todo lo que podamos ver ahora y en el futuro”. Para ello, los ópticos-optometristas, de acuerdo con su formación especializada, se perfilan como profesionales adecuados para la atención primaria de la salud visual.

“Estamos capacitados para detectar anomalías de la visión muchas veces antes incluso de que aparezcan los síntomas, de ahí la importancia de acudir a las revisiones periódicas”, asegura, por su parte, la secretaria general de COOCYL, Ana Belén Cisneros.




KENZO
TF05231444


KENZO
β-TITANIUM
OC OPTICA


OC OPTICA



LOEWE

OC OPTICA

EL COVID-19
Y EL USO DE LENTES DE CONTACTO
UTILIZAR LENTES DE CONTACTO ES SEGURO

A pesar de los mitos y de la desinformación, la utilización de lentes de contacto sigue siendo una forma segura y muy eficaz de corregir la visión.

LAVARSE LAS MANOS ADECUADAMENTE RESULTA ESENCIAL

Antes de ponerse o quitarse las lentes de contacto, es recomendable lavarse las manos minuciosamente con agua y jabón, secándolas después a mano con toallas de papel no utilizadas anteriormente.

DESINFECTE O TIRE LAS LENTES DE CONTACTO

Tire las lentes desechables de uso diario cada noche, o desinfecte regularmente las lentillas de uso mensual o quincenal, siguiendo las instrucciones facilitadas por el fabricante y el doctor.

DESINFECTE LENTES Y GAFAS

Algunos virus, como el COVID-19, pueden permanecer en superficies duras entre horas y días, desde donde pueden pasar a los dedos y los rostros de los usuarios de gafas.

DEJE DE UTILIZAR LAS LENTES TAN SÓLO EN CASO DE ENFERMEDAD

Se recomienda dejar de utilizar las lentes de contacto en caso de enfermedad, en línea con las orientaciones facilitadas par otros tipos de dolencias.

NO ESTÁ DEMOSTRADO QUE LAS GAFAS SUPONGAN UNA PROTECCIÓN

No existen evidencias científicas de que el uso de lentes o gafas proteja frente al COVID-19 u otras transmisiones virales.

Fuente: Centre for Ocular Research & Education (CORE)



RIMOWA





OC OPTICA

DISTRIBUIDOR EXCLUSIVO



RIMOWA





¿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:

1. 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.

2. 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.

3. 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 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.

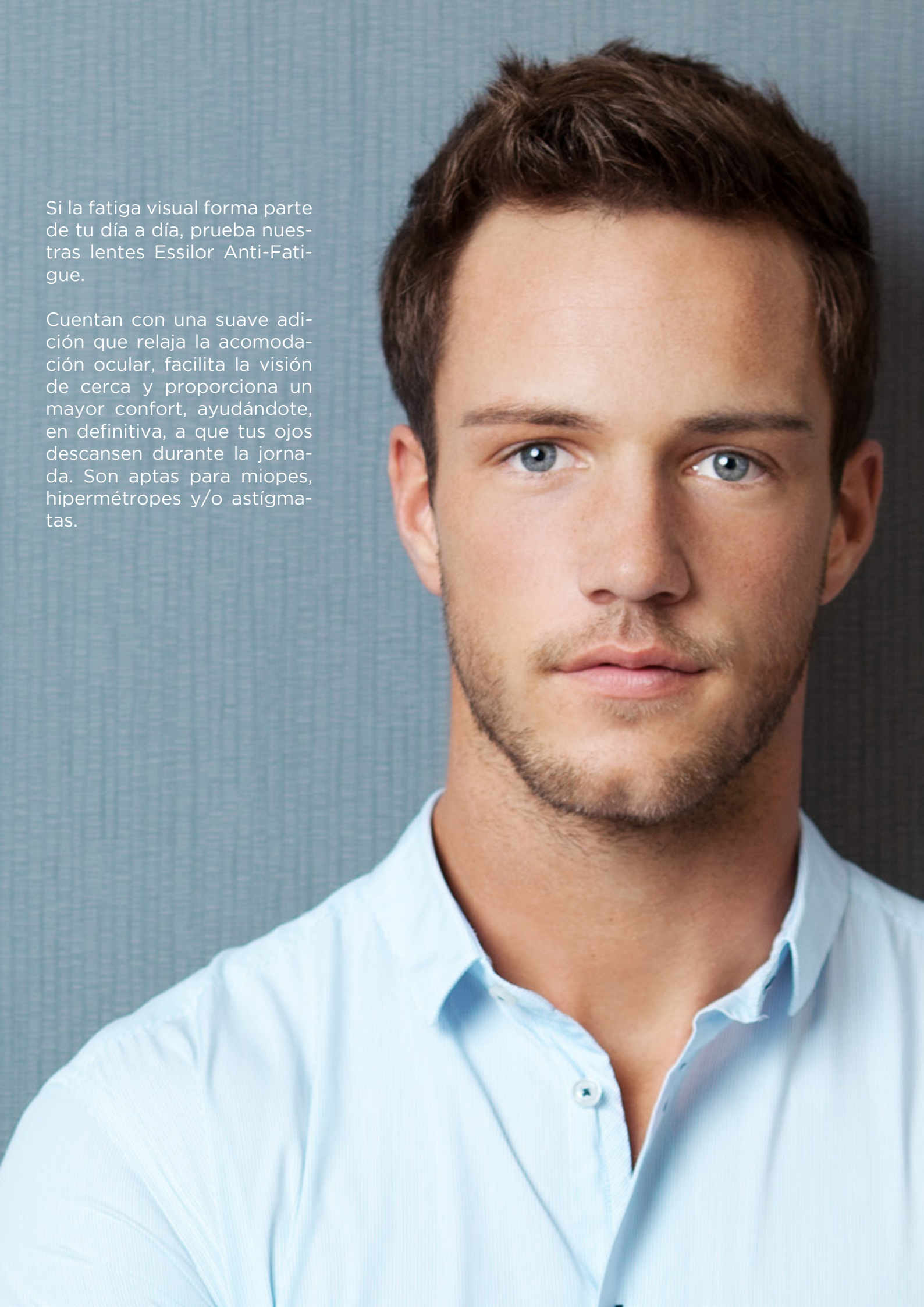
4. Cambia el enfoque

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".

5. 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.

OC OPTICA

En OC OPTICA® seguimos trabajando en nuestros servicios, siempre bajo estrictas condiciones de seguridad, de forma constante para continuar ofreciéndote soluciones y acciones, en esta situación tan excepcional.

Si necesitas cualquier artículo como lentes de contacto, gafas graduadas o cualquier tipo de producto de óptica de primera necesidad, como soluciones para alivio de conjuntivitis leves, lagrima artificial u otros productos, ponemos a vuestra disposición el siguiente número de teléfono para asistencia exclusiva vía Whats App:

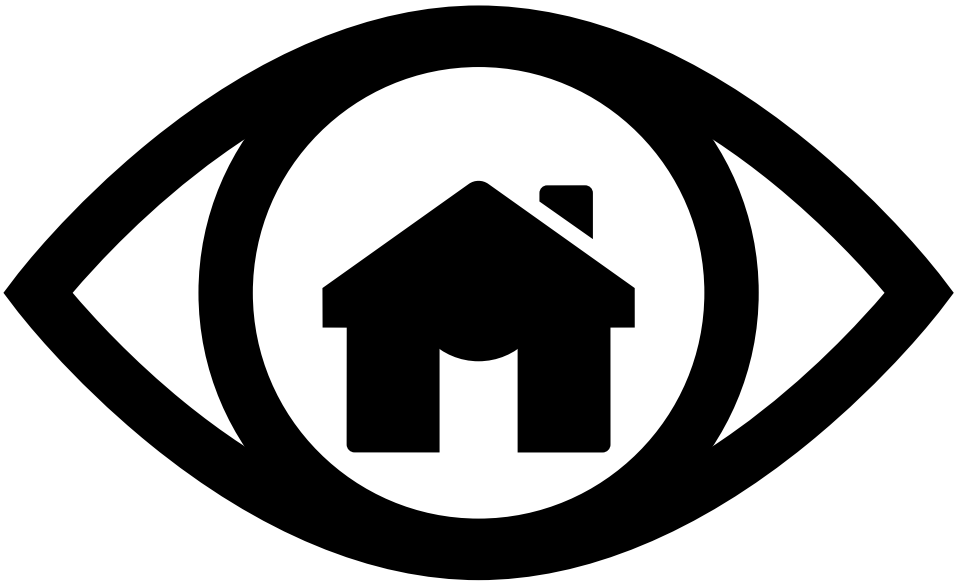


Realiza tu pedido y te lo llevamos a casa:

WhatsApp

646 968 416

¡Ten mucho ojo!



#QuedateEnCasa



OC OPTICA®

Síguenos en: