Newsletter 2020

MAYO

OC OPTICA®

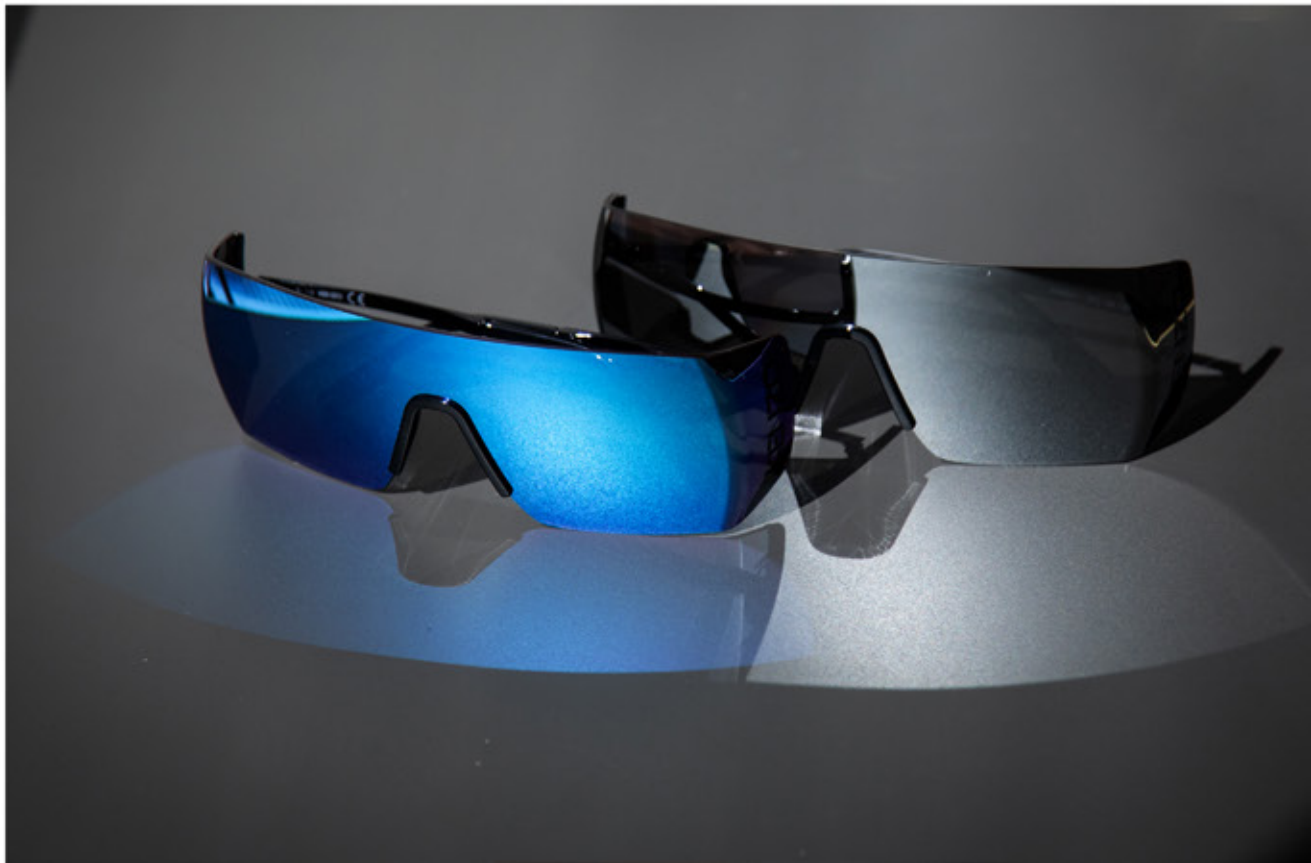
LOEWE

OC OPTICA

KENZO
PARIS
OC OPTICA

OC OPTICA

KENZO
PARIS



KENZO
PARIS
KENZO

KENZO
PARIS
KENZO

OC OPTICA
KENZO
KENZO
PARIS

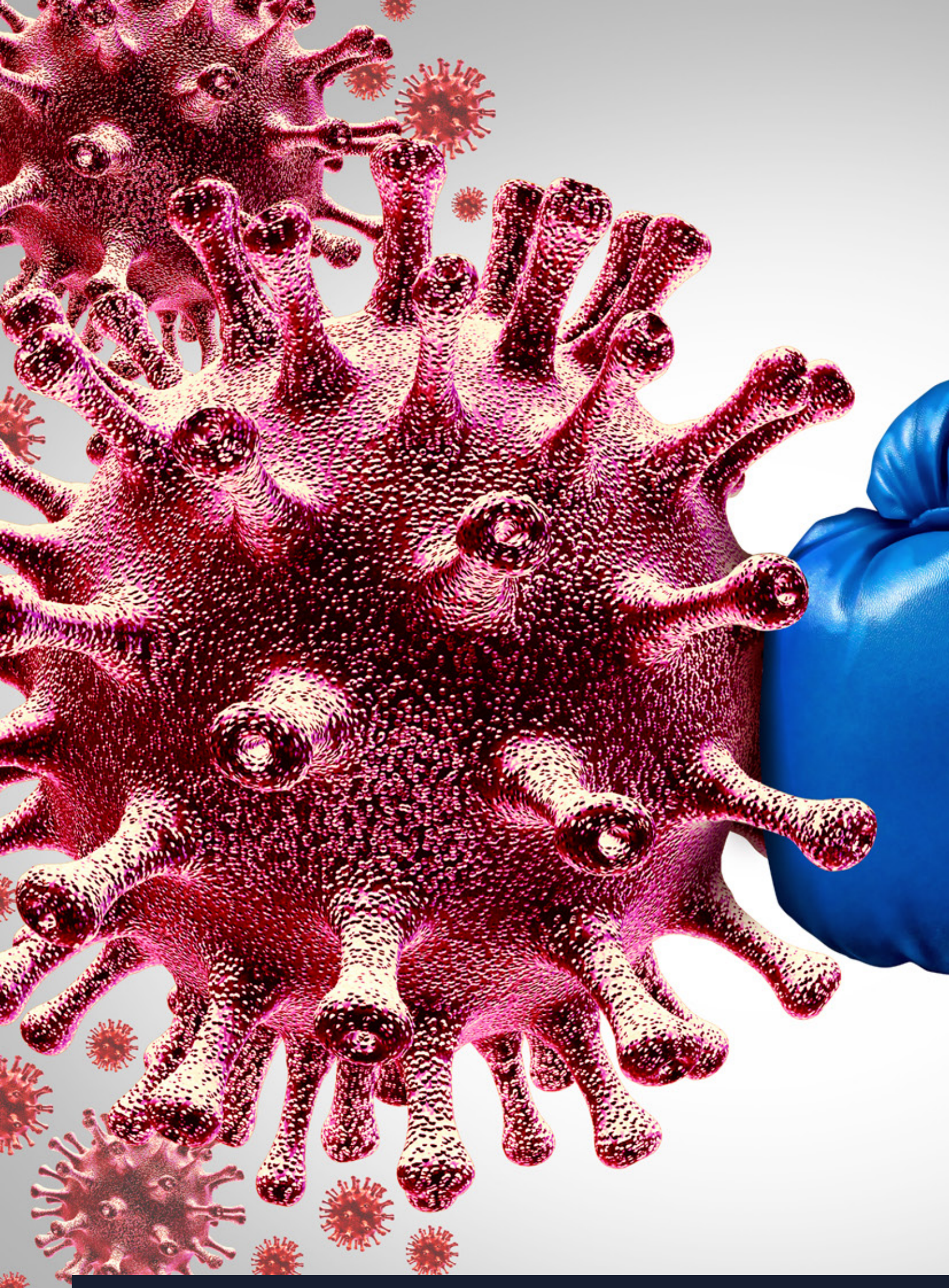
Reevolución

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



MEDIDAS PREVENTIVAS COVID-19 PARA USUARIOS DE GAFAS Y LENTES DE CONTACTO

MEDIDAS PREVENTIVAS
COVID-19 PARA USUARIOS DE GAFAS Y LENTES DE CONTACTO

El nuevo coronavirus SARS-CoV-2 es un nuevo tipo de coronavirus que puede afectar a las personas y se ha detectado por primera vez en diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, provincia de Hubei, en China. Todavía hay muchas cuestiones que se desconocen en relación a la enfermedad que produce: COVID-19.

Parece que la transmisión es por contacto estrecho con las secreciones respiratorias que se generan con la tos o el estornudo de una persona enferma. Estas secreciones infectarían a otra persona si entran en contacto con su nariz, sus ojos o su boca. Parece poco probable la transmisión por el aire a distancias mayores de 1-2 metros.

Estas secreciones respiratorias que contienen el virus pueden permanecer en superficies determinadas una cantidad variable de tiempo dependiendo del tipo de superficie, de la concentración del virus, la temperatura y la humedad. Picaportes, pasamanos de escaleras, barras de autobús o metro, carritos o cestas de supermercado, cristales de puertas, botones de ascensores y teclados, entre otros, son fuente potencial de contagio.

Un estudio publicado en 'The New England Journal of Medicine' asegura que el virus puede mantener su poder infeccioso por horas e incluso días en superficie inanimadas. En el acero inoxidable y el plástico, según el estudio mencionado, el virus sobrevive y conserva su capacidad infecciosa hasta por tres días3. Tomando como referencia todos estos datos, para incrementar nuestras de medidas de prevención, cabe recomendar:

- Para la población en general, hay que evitar tocarnos la boca, nariz u ojos después de haber tocado cualquier superficie que haya podido estar expuesta al contacto o respiración de otras personas potencialmente contagiadas y lavarse las manos frecuente e intensamente con agua y jabón o desinfectarlas con geles hidroalcohólicos o alcohol/etanol al 70%.

Si usamos guantes desechables, tener la precaución de no tocarnos la cara con los guantes y quitárselos de forma apropiada sin tocar las zonas de riesgo.

- Para los usuarios de gafas, aunque el riesgo de contagio por esta vía es mínimo, es recomendable limpiarlas después de haber estado expuesto a las secreciones respiratorias de otras personas o haberlas tocado después de palpar superficies expuestas:

- Lávate previamente tus manos con agua y jabón o con gel hidroalcohólico.

- Moja las gafas bajo un flujo suave de agua tibia del grifo y aplica una pequeña dosis de jabón neutro en cada lente y en algunas zonas del armazón.

- Evita limpiarlas con alcohol, acetona o productos disolventes ya que dañan la montura y deterioran las superficies de los lentes.

- Frota suavemente, durante unos 50-60 segundos, ambos lados de las lentes y todas las partes del armazón y enjuágalas con agua para eliminar los residuos.

- Seca los lentes, el armazón y las bisagras con un paño limpio de algodón sin pelusas, microfibras, kleenex o pañuelos de papel y al terminar, desinfecta de nuevo tus manos.

- Para los usuarios de lentes de contacto, hemos de constatar que la utilización de estas sigue siendo una forma segura y muy eficaz de compensar los defectos de visión.

A pesar de informaciones erróneas que circulan, considero que, si no nos tocamos los ojos, puede ser dificultosa una infección viral como esta, a través ocular, para los usuarios de lentes de contacto si no se está en contacto con personas, superficies o lugares de riesgo.

Estas informaciones recomiendan que aquellas personas que usan lentillas, utilicen todo el tiempo posible sus gafas y se basan en un estudio publicado en la revista Journal of Hospital Infection que pone de manifiesto que el virus es capaz de sobrevivir hasta cinco días en el caucho de silicona, material empleado en la fabricación de muchas lentillas, aunque no está demostrado científicamente la supervivencia en las lentillas propiamente dichas.

De todas formas, en periodos de riesgo infeccioso vírico como este de pandemia:

- Lava siempre intensa y minuciosamente tus manos con agua y jabón antes de poner y retirar tus lentes de contacto o tocar el portalentillas o el bote de lentillas y sécalas preferentemente con toallas de papel desechables.

- Frota y enjuaga las lentes siempre al quitarlas con tu producto recomendado antes de guardarlas en el portalentillas.

- Cambia diariamente el producto desinfectante de conservación del estuche de tus lentes quincenales, mensuales o trimestrales. Además, puedes optar por la desinfección con productos específicos de peróxido de hidrogeno al 3% para lentes de contacto.

- Usa lentes de contacto desechables diarias y tíralas cada noche, dado que son más higiénicas y no requieren mantenimiento por la noche, reduciendo el riesgo de contagio.

- Si tienes síntomas de conjuntivitis, retira y desecha a la basura las lentes que tengas en uso y no vuelvas a usar unas nuevas hasta la total curación.

Implementar medidas preventivas es nuestra mejor defensa contra esta infección. Quédate en casa y toma todas las precauciones de cuidado y desinfección recomendadas por las autoridades sanitarias.

Consejos para niños: las actividades al aire libre **son beneficiosas para sus ojos.**

Los entornos multipantalla están cambiando los hábitos todos, muy especialmente los de los niños. La aparición de dispositivos digitales (Smartphones, tablets, ordenadores, etc.), ha aumentado las actividades en interiores y reducido las que se realizan al aire libre. Esta circunstancia aumenta el riesgo de padecer problemas visuales en la infancia, algo que puede tener consecuencias graves en la edad adulta.

Menos tiempo al aire libre, más riesgo de miopía
La miopía es un error refractivo que tiene lugar cuando el ojo es más largo de lo normal. Como consecuencia de esto, la persona presenta dificultades para ver los objetos situados a media-larga distancia. Hasta ahora, la carga genética era el factor más determinante para padecer miopía.

Sin embargo, nuevos estudios apuntan que los cambios ambientales, como la disminución del tiempo de exposición a la luz natural en edad de crecimiento, pueden favorecer este error refractivo. Al parecer, la falta de sol disminuye los niveles de dopamina, un neurotransmisor que producen, entre otras, las células de la retina.

Como consecuencia la esclerótica se debilita, favoreciendo que el ojo crezca más de lo normal y se vuelva miope.

Un estudio llevado a cabo por investigadores del Shanghai Eye Hospital, en China, constata que la tasa de miopía en niños aumenta drásticamente en los primeros años de colegio, pasando de un 5% a la edad de 6 años, a un 52% a la edad de 10 años; lo que significa un aumento del 10% por año aproximadamente. Investigadores de la Universidad de Cambridge, Reino Unido, señalan que por cada hora semanal que un niño pasa al aire libre, el riesgo de padecer miopía disminuye en un 2%.

Una investigación dirigida por Jane Gwiazda, del New England College of Optometry, apunta que la progresión de la miopía se ralentiza en verano, algo que se relaciona con el hecho de que en esta estación los niños pasan más tiempo al aire libre y menos horas en la escuela.

• ¿Qué puede pasar si empeora la miopía a edades tempranas? Los niños que manifiestan miopía desde pequeños tienen un mayor riesgo de padecer enfermedades visuales graves en la edad adulta como atrofia progresiva de la retina y la coroides, desprendimiento de retina o degeneración macular asociada a la edad (DMAE).

Más uso de pantallas, más riesgo de patologías en la retina.

Cada vez hay más estudios que demuestran que la exposición excesiva a pantallas y luces LED es negativa para los ojos infantiles. Una investigación dirigida por el profesor José Antonio Vega Álvarez, de la Universidad de Oviedo, sostiene que la luz azul-violeta es mucho más negativa para los ojos infantiles que para los de los adultos.

Su trabajo tenía por objetivo establecer la cantidad de luz que entra en el ojo en función del usuario, el diámetro pupilar, el dispositivo y la distancia de uso (smartphones: 25-35 cm, tablets: 30-40 cm, ordenadores, 45-50 centímetros). Para ello, midieron la emisión de las pantallas LED de diferentes dispositivos y calcularon la cantidad de luz azul-violeta, que incide sobre el ojo para diferentes diámetros pupilares.

El efecto de la radiación sobre los ojos va en función de la composición espectral de la luz, el tiempo de uso y la distancia. De acuerdo con los resultados, los niños reciben tres veces más luz azul-violeta, ya que usan los dispositivos a distancias más cortas. Es importante señalar que, según los primeros ensayos in vitro en células de la retina de la industria oftalmológica, llevados a cabo por Essilor junto con el Instituto de la Visión de París, la luz azul-violeta acelera la muerte de las células de la retina, aumentando el riesgo de enfermedades visuales como la DMAE.

Realizar actividades al aire libre favorece un correcto desarrollo de los ojos en las primeras etapas de la vida, y previene la miopía. Los menores de 12 años deben restringir el uso de dispositivos digitales a un máximo de 2 horas diarias, ya que sus ojos reciben tres veces más luz de longitud de onda corta ya que usan estos aparatos a distancias más cortas.

DESCÚBRELAS EN
OC OPTICA
RIMOWA

DISTRIBUIDOR EXCLUSIVO

¿A qué edad ven los bebés?

¡Podría ser a las 32 semanas!
¿Sabías que los fetos identifican caras dentro del útero?

Los sentidos del futuro bebé empiezan a desarrollarse durante la gestación. Hacia la séptima semana, el feto empieza a percibir estímulos táctiles alrededor de la boca; a partir de la semana 14 ya percibe olores y sabores de algunos de los alimentos que ingiere su madre; el oído se desarrolla a partir de la semana 24 y, el sentido de la vista empieza a captar luces y formas a partir de las semanas 30-34.

Muchas madres gestantes afirman que, a partir de los 7-8 meses, el feto se mueve cuando exponen su tripa a una luz intensa (como la solar), algo que hace sospechar que los estímulos lumínicos pueden atravesar las paredes del útero. Un equipo de investigadores de la Universidad de Lancaster (Reino Unido), dirigido por Vincent Reid, del departamento de psicología del citado centro, ha ido un paso más allá; ha realizado un estudio, del que se ha hecho eco la agencia SINC, que demuestra que los fetos de 34 semanas son capaces de identificar los rostros y que los prefieren ante otras imágenes. ¿A que es increíble?

El primer estudio que examina la percepción visual y la cognición de los bebés antes de nacer Los recién nacidos experimentan un mayor interés por las caras que por los objetos. La investigación de Reid y su equipo, publicada en la revista Current Biology, revela que esta preferencia empieza a manifestarse antes de nacer, dentro del útero materno.

Para realizar su estudio, los investigadores proyectaron luz con imágenes a través de la pared matricial de 39 mujeres que estaban embarazadas de 34 semanas. Reid y su equipo utilizaron un dispositivo de ultrasonido 4D de alta calidad, que les permitió apreciar con detalle el comportamiento de los fetos en estudio.

Estudios previos no pudieron observar las reacciones del feto frente a estímulos concretos porque no existía la técnica de ultrasonido 4D. Se trata del primer estudio que examina la percepción visual y la cognición de los bebés antes de nacer. «Hace muchas décadas que se conocía esta faceta de los neonatos, sin embargo, la exploración de la visión fetal no se había intentado" ha explicado en un informe el autor principal del estudio.

Prefieren los rostros, si están "del derecho" Los resultados fueron sorprendentes. Las grabaciones obtenidas demuestran que cuando se proyectaban imágenes de rostros, los fetos giraban la cabeza para poder verlos mejor. Además, los futuros bebes demostraron sentirse más atraídos por los rostros proyectados de forma "normal", que por los que se proyectaban de forma invertida. "Existía la posibilidad de que al feto le pareciese interesante cualquier figura, debido a la novedad de los estímulos. Si este hubiese sido el caso, no habríamos visto diferencias en las respuestas a las distintas versiones de los estímulos" asegura Reid. Gracias a este estudio, el equipo también ha podido confirmar que a los fetos les llega la suficiente luz para ver dentro del útero. Esta es la razón por la que desaconsejan a las madres embarazadas iluminar sus tripas con luces brillantes.

Una investigación con futuro

En la actualidad, los investigadores están mejorando la fuente de luz empleada en el estudio con el fin de profundizar en sus análisis sobre la percepción y cognición del feto. Entre sus futuras líneas de investigación tienen previsto averiguar si los bebés son capaces de distinguir otros estímulos visuales estando dentro del útero.

Aunque el sentido de la vista es el último que empieza a desarrollarse en el útero materno, un estudio reciente demuestra que los fetos de 34 semanas son capaces de "distinguir" los rostros humanos y que los prefieren a otras imágenes. Los sorprendentes resultados del trabajo, captados gracias a una cámara de ultrasonidos 4D, deja abiertas otras líneas de investigación sobre la percepción visual y la cognición del feto.

La evolución de los ojos:
5 curiosidades que no sabías

El color verde, el favorito de tu retina. Cuando Lorne Malvo pregunta en la primera temporada de Fargo por qué el ojo humano es capaz de captar más tonos de verde que de otro color, el policía Gus Grimly se queda sin saber qué contestar. Sin embargo, nosotros tenemos la respuesta. La retina contiene dos tipos de células fotorreceptoras, conos y bastones, encargadas de traducir la información lumínica en impulsos eléctricos que, a través del nervio óptico, llegan al cerebro donde son traducidos a imágenes. Los bastones hacen posible la visión nocturna y los conos nos permiten ver los colores. Existen tres tipos de conos, encargados de distinguir los colores de onda corta, media y larga: azul, verde y rojo. Cada cono es especialmente sensible a su color aunque, también, puede detectar otros colores cercanos a este. Como la luz verde es de onda media, los conos que detectan la luz azul (onda corta) y la luz roja (onda larga), también pueden detectar los tonos verdes, aunque en menor medida.

Una razón evolutiva. Diferentes teorías sostienen que el ojo humano es capaz de captar más tonos de verde porque, hace millones de años, para adaptarse mejor al medio en el que se encontraba y asegurar su supervivencia, necesitaba diferenciar la vegetación de los depredadores.

Las mujeres son mejores a la hora de diferenciar colores. Estudios sobre la adaptación evolutiva de la visión sostienen que ellas tienen más facilidad para distinguir los colores que ellos. De acuerdo con experimentos realizados por Israel Abramov, profesor de psicología del Brooklyn College, la mayoría de los hombres requieren que los colores tengan una longitud de onda ligeramente más larga que las mujeres para poder percibir el mismo tono.

Los hombres ven mejor los objetos en movimiento. Según los experimentos de Abramov, los hombres tienen mejor visión lejana y detectan mejor los objetos en movimiento. ¿Por qué ocurre esto? Según Abramov, las diferencias visuales entre hombres y mujeres encuentran su razón en la hipótesis de los cazadores-recolectores, que sostiene que las personas de diferentes sexos desarrollaron distintas habilidades para adaptarse a las necesidades del entorno prehistórico. Así, los hombres, cazadores, tuvieron que mejorar la visión de los objetos lejanos en movimiento para, de este modo, ver mejor a las potenciales presas y, también, para adelantarse a los depredadores. Sin embargo, las mujeres, recolectoras, tuvieron que desarrollar habilidad para diferenciar los colores de los alimentos para discernir su buen o mal estado y, también, para diferenciar los nutritivos de los peligrosos.

El blanco de los ojos nos permite comunicarnos mejor. Existen muchas diferencias entre los primates y los humanos, el color de la esclerótica es una de ellas. La esclerótica, conocida coloquialmente como “el blanco del ojo”, es la capa que recubre la parte externa del globo ocular, que tiene la función de dar forma y proteger los elementos internos de los órganos visuales. Los expertos en teoría de la evolución sostienen que, este color blanco de la esclerótica, en contraste con el del iris, hace que nuestros ojos sean más expresivos que los de los primates, permitiéndonos comunicarnos mejor. La comunicación favorece la la cooperación, algo clave para la supervivencia de la especie humana, ya que nuestra capacidad de defensa frente a los depredadores aumenta cuando trabajamos en equipo.

Los ojos azules: una mutación muy atractiva. Una investigación reciente, llevada a cabo por el profesor Hans Eiberg, de la Universidad de Copenhague, revela que la existencia de los ojos azules fue causada por una mutación genética que sufrió un individuo al noroeste del mar Negro, hace de 6.000 a 10.000 años. Se estima que, en la actualidad, tienen los ojos azules unos 150 millones de personas, un hecho que pone en evidencia el éxito genético que tuvo este tono.

DESCÚBRELAS EN

OC OPTICA

CEL

CELINE

DESCÚBRELAS EN

OC OPTICA

LINE

CELINE

Problemas visuales en niños: Si se corrigen estudiarán mejor.

El sentido de la vista es el más importante de todos ya que, aproximadamente el 80% de los estímulos que llegan a nuestro cerebro, provienen de las imágenes captadas por los ojos. Esta realidad es especialmente significativa en los primeros años de vida, el momento en que la persona adquiere la mayoría de conocimientos claves para su desarrollo. En la época escolar, además, muchos de los aprendizajes se adquieren a través de la lectura, un proceso en el que el sistema visual envía al cerebro del niño la información leída, para que sea interpretada y analizada.

Los problemas visuales no corregidos pueden causar deficiencias importantes en la comprensión lectora, aumentando como consecuencia el riesgo de fracaso escolar.

De acuerdo con los datos emitidos por el Informe PISA (Programa para la Evaluación Internacional de los Alumnos) de 2016, el número de fracasos escolares en España sigue superando la media europea. En lo que se refiere a la comprensión lectora, los últimos datos de este informe señalan una mejora de 7 puntos, aunque todavía queda mucho camino por recorrer.

La importancia de las revisiones

Las revisiones periódicas de la visión son fundamentales durante la infancia. Los expertos recomiendan hacer la primera a los 6 meses de vida y, si antes no se detectan anomalías, volver cuando el niño cumple 3 años. Durante la infancia y la adolescencia, es recomendable hacer revisiones cada dos años o cada año y, en el caso de detectar algún tipo de problema visual, acudir con más frecuencia. Según el estudio »El estado visual de la salud infantil en España», uno de cada cinco niños podría tener un problema visual no detectado, mientras que el 77,2% de los padres ni lo sospecha. De acuerdo con este mismo estudio: “Casi dos de cada diez niños afirma que no ve bien ni de lejos ni de cerca (18,8%), cifra que aumenta a uno de cada tres en aquellos con peor resultado académico”.

Ojo vago y miopía: responsables frecuentes del fracaso escolar.

Entre los problemas visuales más comunes en la infancia destacan el ojo vago o ambliopía y, cada vez con más frecuencia, la miopía.

El ojo vago. Se trata de una dificultad visual que afecta, sobre todo, a niños menores de 7 años. Quienes la padecen presentan una agudeza visual muy baja en uno de sus ojos, lo que hace necesario llevar a cabo un tratamiento específico controlado por un óptico-optometrista. Este problema, también llamado ambliopía, tiene una “fase crítica”, tras la cual no hay recuperación posible. Por esta razón, es fundamental detectar esta anomalía y corregirla a tiempo.

Miopía

Cada vez más niños de todo el mundo tienen problemas para ver bien los objetos situados a media o larga distancia. Según los expertos, el incremento de este error refractivo (calificado ya como “pandemia”), ha sido favorecido por el aumento del uso de pantallas y luces led y la disminución de la práctica de actividades en el exterior. Los niños que presentan una alta tasa de miopía en la infancia tienen más posibilidades de sufrir miopía magna en la edad adulta, un problema relacionado con dificultades visuales graves como desprendimiento de retina, degeneración macular asociada a la edad (DMAE), glaucoma y cataratas.

¿Cómo detectar problemas visuales infantiles?

Para detectar problemas visuales en el menor, los expertos del Consejo General de Colegios de Ópticos-Optometristas (CNOO), aconsejan prestar atención a las siguientes conductas en el niño:

- Si se acerca mucho a los libros o a la televisión.
- Si se distrae de forma continuada al leer y tiene una baja comprensión de lo leído.
- Si se fatiga cuando está sometido a estímulos visuales.
- Si tiene una mala escritura a mano.
- Si dice que tiene visión borrosa, tanto de lejos como de cerca.
- Si entorna los ojos para mirar o fijarse en detalles lejanos.
- Si adopta malas posturas cuando lee o hace los deberes, que le causan dolores de espalda o cabeza.
- Si presenta hiperactividad durante la clase.
- Si invierte las letras.
- Si presenta un bajo rendimiento escolar

Para tener un buen aprendizaje durante la época escolar, es fundamental tener una buena visión. Las revisiones visuales periódicas al óptico-optometrista son la mejor manera de detectar problemas de vista y corregirlos lo antes posible.

LOEWE

DESCÚBRELAS EN

OC OPTICA

LOEWE

LOEWE

DESCÚBRELAS EN

OC OPTICA

LOEWE

Preocupados por la exposición de los niños a las pantallas

De acuerdo con la Guía 2017-18 de AIJU (Instituto Tecnológico especializado en juguete, producto infantil y ocio), centrada en las tendencias de juguetes y el juego en familia, el 77% de las familias están preocupadas por el excesivo tiempo que los niños pasan frente a las pantallas. Tal y como ha destacado María Costa, directora del departamento de consumidor infantil y pedagogía de AIJU, uno de los asuntos que más preocupa a las familias son las horas que los menores pasan frente a las pantallas, por sus derivaciones en riesgos asociados al comportamiento o desarrollo de los niños.

• El 77% de las familias afirman estar preocupadas por la exposición de los niños a las pantallas, mucho en el 48% de los casos, y muchísimo en el 29% de los casos. De acuerdo con los datos de este informe, más del 50% de los niños pasan un elevado número de horas delante de estos dispositivos. Otro dato alarmante sobre el abuso de los aparatos con pantalla entre los menores es que, entre los niños de 1 y 2 años, el móvil es utilizado de forma recurrente para ver vídeos de dibujos o canciones infantiles. La tablet es uno de los elementos más utilizados entre los niños de 1 a 12 años, mientras que el ordenador es el medio menos utilizado.

En palabras de María Costa "los padres y madres tienen un papel fundamental al ser los educadores y modelos de ejemplo e imitación, ya que los niños repiten lo que ven hacer a sus padres desde la más tierna edad y les estamos mostrando una continua utilización y sin límites de estos dispositivos".

La luz azul-violeta, especialmente peligrosa para los ojos infantiles

Aunque aún no ha pasado tiempo suficiente para determinar con exactitud los problemas que puede ocasionar el excesivo uso de pantallas en la infancia a largo plazo, existen estudios que apuntan que las pantallas son especialmente peligrosas para los ojos, ya que emiten una importante concentración de luz azul-violeta perjudicial.

En el año 2008, Essilor y el Instituto de la Visión de París, llevaron a cabo una investigación para evaluar los daños que produce la luz azul-violeta sobre los ojos. A través de ensayos in vitro en células de la retina (los primeros realizados por la industria oftalmológica), se midió la acumulación de un elemento fototóxico llamado lipofuscina. Los resultados dejaron claro que la incidencia de la luz azul-violeta incrementa la producción de lipofuscina y activa sus componentes fototóxicos, provocando daño celular a nivel de la retina y favoreciendo la muerte masiva de las células que la componen, una circunstancia que aumenta el riesgo de DMAE.

• Los ojos de los niños, al tener el cristalino más transparente, son mucho más sensibles a la luz azul-violeta nociva. Por esta razón, es muy posible que las altas concentraciones de este tipo de luz que emiten las pantallas, sean especialmente perjudiciales para ellos. EssiKids, protección visual contra los peligros de la luz azul-violeta. Con el fin de ofrecer una protección visual extra, que proteja a los ojos infantiles de las emisiones de luz azul-violeta, Essilor ha lanzado EssiKids. Estas gafas, pensadas para niños de 3 a 12 años, combinan la tecnología de las lentes Airwear Crizal Prevencia, con monturas de moda.

Están recomendadas para niños con errores refractivos (miopía, hipermetropía y astigmatismo) y, también, para aquellos que no tienen ningún problema visual, pero que pasan mucho tiempo delante de una pantalla.

Las lentes de las gafas EssiKids bloquean la luz azul-violeta que emiten en altas concentraciones los dispositivos con pantalla y, también, los rayos UV del sol.

El 77% de las familias están preocupadas por el exceso de exposición a las pantallas de los menores. Es fundamental enseñarles a no hacer un uso abusivo de este tipo de dispositivos y, siempre que sea posible, proteger sus ojos con lentes que bloqueen los rayos nocivos de luz azul-violeta, como las que tienen las gafas EssiKids, de Essilor.

OC OPTICA®

Síguenos en: