

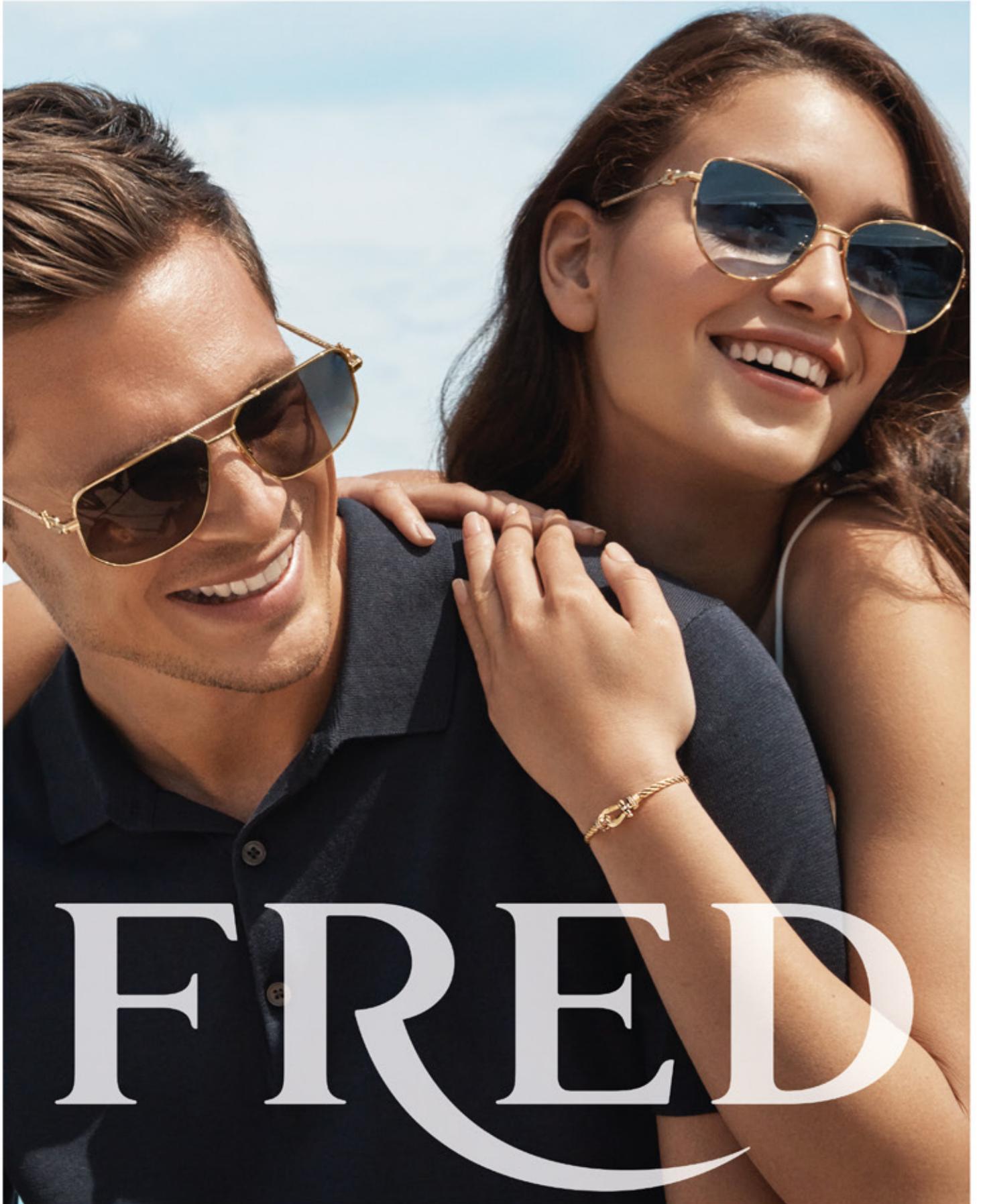
Newsletter 2020

**JUNIO**



**OC OPTICA**





FRED



FRED

FRED





FRED



FRED



RIMOWA



**OC OPTICA**

DISTRIBUIDOR EXCLUSIVO





RIMOWA

# Reevolución

*Reevolucionemos juntos,  
porque juntos somos mejores.*

En **OC OPTICA**<sup>®</sup> 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**





DESCÚBRELAS EN



**OC OPTICA**



¿Tus gafas se empañan cuando usas mascarilla?



## ¿Qué es OPTIFOG?

Se trata de un tratamiento exclusivo de Essilor que impide que las lentes se empañen y, como consecuencia, evita situaciones potencialmente incómodas o peligrosas.

¿SE TE EMPAÑAN LAS GAFAS CON  
LAS MASCARILLAS?

ESSILOR®  
OPTIFOG®

¡DI ADIÓS AL VAHO!



DESCÚBRE  
OPTIFOG  
EN

  
OC OPTICA



**KENZO**  
P A R I S



# Chloé



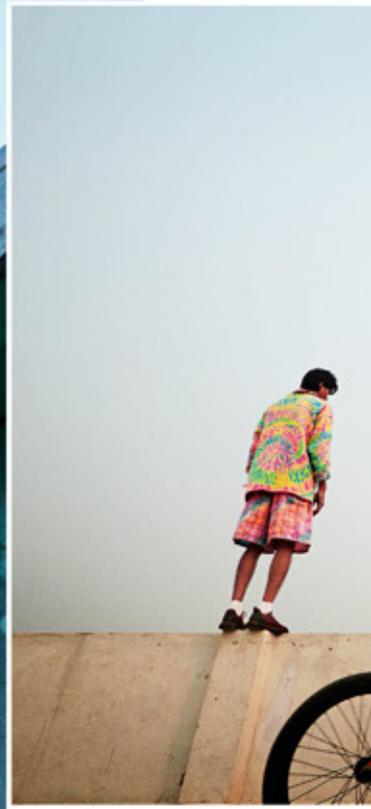


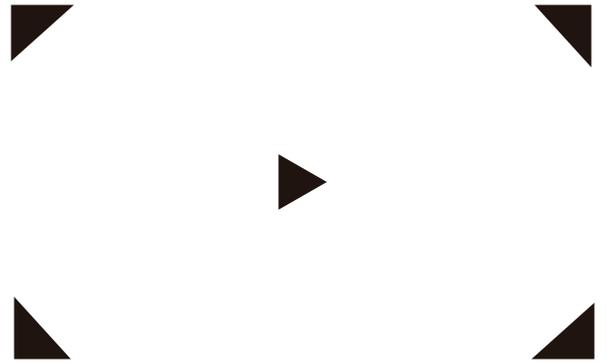
Chloé



OC OPTICA

# LOEWE





## Todo lo que debes saber sobre las ojeras: por qué se producen y cómo eliminarlas

La piel del contorno de ojos tiene unas características muy especiales que favorecen la aparición de ojeras (oscurecimiento) y bolsas (abultamiento). Es cinco veces más fina que la del rostro que es, a su vez, cinco veces más delgada que la del resto del cuerpo. Además, para permitir la movilidad de los ojos, es laxa, lo que significa que no tiene apenas tono muscular.

- ¡Haz la prueba! Toma entre tus dedos la piel de un brazo o de la mejilla y, después, haz lo mismo con la del contorno de ojos ¿Notas la diferencia?  
¿Por qué aparecen? El contorno de los ojos puede oscurecerse y abultarse por varios motivos:
- Causas genéticas. Si tus familiares directos tienen ojeras, es muy probable que acabes teniéndolas tú también.
- Mala alimentación. Llevar una dieta pobre en frutas y verduras favorece la aparición de ojeras. Las espinacas, el brócoli, las coles o el repollo, por ejemplo, son vegetales ricos en luteína y zeaxantina, dos antioxidantes que te ayudan a combatir los radicales libres, relacionados con el proceso de envejecimiento. Algunos frutos como el kiwi o el aguacate también tienen propiedades antioxidantes beneficiosas para la piel. El hierro presente en algunas legumbres, como las lentejas, aumenta la oxigenación de los tejidos y reduce las probabilidades de que se formen pequeños coágulos alrededor de los ojos.
- Retención de líquidos. El exceso de líquidos en el organismo hace que salgan bolsas en el contorno de ojos. Conseguirás controlarlo limitando el consumo de sal en las comidas y consumiendo alimentos diuréticos como el té, el café, la piña o los espárragos.
- Beber poca agua. El agua hidrata los tejidos y, aunque parezca una paradoja, también ayuda a reducir la retención de líquidos. Los expertos recomiendan beber entre 1,5 y 2 litros de agua al día para que el organismo funcione de forma óptima.
- Ejercicio insuficiente. Realizar actividad física aeróbica de forma regular favorece la circulación sanguínea, la eliminación de toxinas y la oxigenación de los tejidos del organismo, mejorando el aspecto de la piel y reduciendo el riesgo de bolsas y ojeras.
- Falta de sueño y estrés. Descansar poco o mal también causa ojeras, ya que favorece la dilatación de los vasos sanguíneos. Es muy importante dormir unas 7-8 horas diarias y controlar el estrés; el ejercicio y la meditación pueden ayudar a lograr ambas cosas.
- Consumo de alcohol y tabaco. Estas sustancias son perjudiciales para la salud en general y, además, contribuyen al envejecimiento de la piel. Empeoran la circulación y la oxigenación de los tejidos lo que favorece la aparición de arrugas y, también, de bolsas y ojeras.
- No usar gafas de sol. La piel del contorno de ojos, al ser más fina, es más sensible al sol. Según afirman desde la Skin Cancer Foundation, los cánceres de piel del párpado representan entre el 5 y el 10% del total de los cánceres de piel y el 90% de los signos visibles del envejecimiento prematuro alrededor de los ojos son causados por los rayos UV. Las gafas de sol te ayudarán a proteger los ojos y su contorno del envejecimiento y a controlar bolsas y ojeras ¡No salgas a la calle sin ellas, ni siquiera en días nublados!

- El paso de los años. Con el tiempo, el contorno de los ojos se va oscureciendo porque las venas empiezan a hacerse más visibles, sobre todo en zonas donde la piel es más fina. Además, con los años, además, la piel pierde tono y lo que hace que se vayan pronunciando los surcos bajo los ojos.

## ¿Cómo combatir las?

Llevar una alimentación sana, practicar ejercicio de forma regular y procurar dormir las horas necesarias, te ayudará en gran medida a controlar las ojeras y bolsas. Pero, además, existen algunos remedios sencillos que puedes probar para tensar esa piel.

- Aplicate frío unos minutos al día. Puedes usar las máscaras específicas tipo antifaz que se enfrían en la nevera pero procura que no estén demasiado frías, ya que puede resultarte muy incómodo. Otra opción es que te apliques una rodaja de pepino fresquita en cada ojo, ya que este vegetal tiene propiedades antiinflamatorias y antihemorrágicas.
- Usa el contorno de ojos a diario, por la mañana y por la noche. Para maximizar sus efectos, aplícalo siempre sobre la piel limpia y, por la noche, hazlo al menos media hora antes de ir a dormir, o parte del producto se quedará en la almohada.

- Duerme boca arriba; ya que hacerlo boca abajo favorece la aparición de bolsas y ojeras.

- No te frotes los ojos. Además de poder generarte problemas en el globo ocular (heridas en la córnea por arrastre de una partícula afilada, por ejemplo), puedes fragilizar o romper los capilares de esa zona.

- Recurre a la cosmética. Algunos productos tensan la piel consiguiendo eliminar las bolsas, al menos, por unas horas. Aplicar correctores y maquillajes para aclarar la zona oscurecida también mejora el aspecto de las ojeras.

Cuando las bolsas y ojeras se vuelven crónicas puede ser necesario seguir un tratamiento de inyecciones de colágeno, láser, peeling o, incluso, pasar por quirófano. Es fundamental acudir a un centro médico-estético que ofrezca muchas garantías, ya que son tratamientos muy delicados.





**KENZO**  
P A R I S

DESCÚBRELAS EN



OC OPTICA



**KENZO**  
P A R I S



# La fatiga visual afecta al **70% de los trabajadores.**

De acuerdo con dos estudios llevados a cabo por el Colegio Oficial de Ópticos Optometristas de Cataluña y la Academia Estadounidense de Optometría, el Síndrome Visual Informático (SVI) afecta a una de cada siete personas. Desde el Instituto Nacional de Salud y Seguridad Laboral en Estados Unidos advierten que usar ordenador tres o más horas al día aumenta las probabilidades de que el SVI aparezca; esto significa que el riesgo es mayor entre los que trabajan delante de una pantalla o con entornos multipantalla (ordenador, Tablet, móvil...).

Para evitar el SVI, los expertos recomiendan:

- Apartar la mirada de la pantalla durante 20 segundos cada 20 minutos enfocando a una distancia de 20 pies (6 metros)
- Impedir que haya reflejos en la pantalla
- Sentarse de forma “visualmente ergonómica” delante del ordenador
- Cerrar los ojos durante 20 segundos de vez en cuando y parpadear con frecuencia  
Pero eso no es todo... Como respuesta a las necesidades visuales digitales, en Essilor hemos creado la nueva lente Eyezen, la única que combate la fatiga visual y el SVI. Con Eyezen podrás:
- Enfocar mejor a distancias variables entre dispositivos
- Ver con mayor definición caracteres pixelados y muy pequeños
- Combatir el deslumbramiento producido por los reflejos
- Proteger tus ojos de la luz azul-violeta nociva que emiten las pantallas, ayudando a prevenir su envejecimiento precoz.

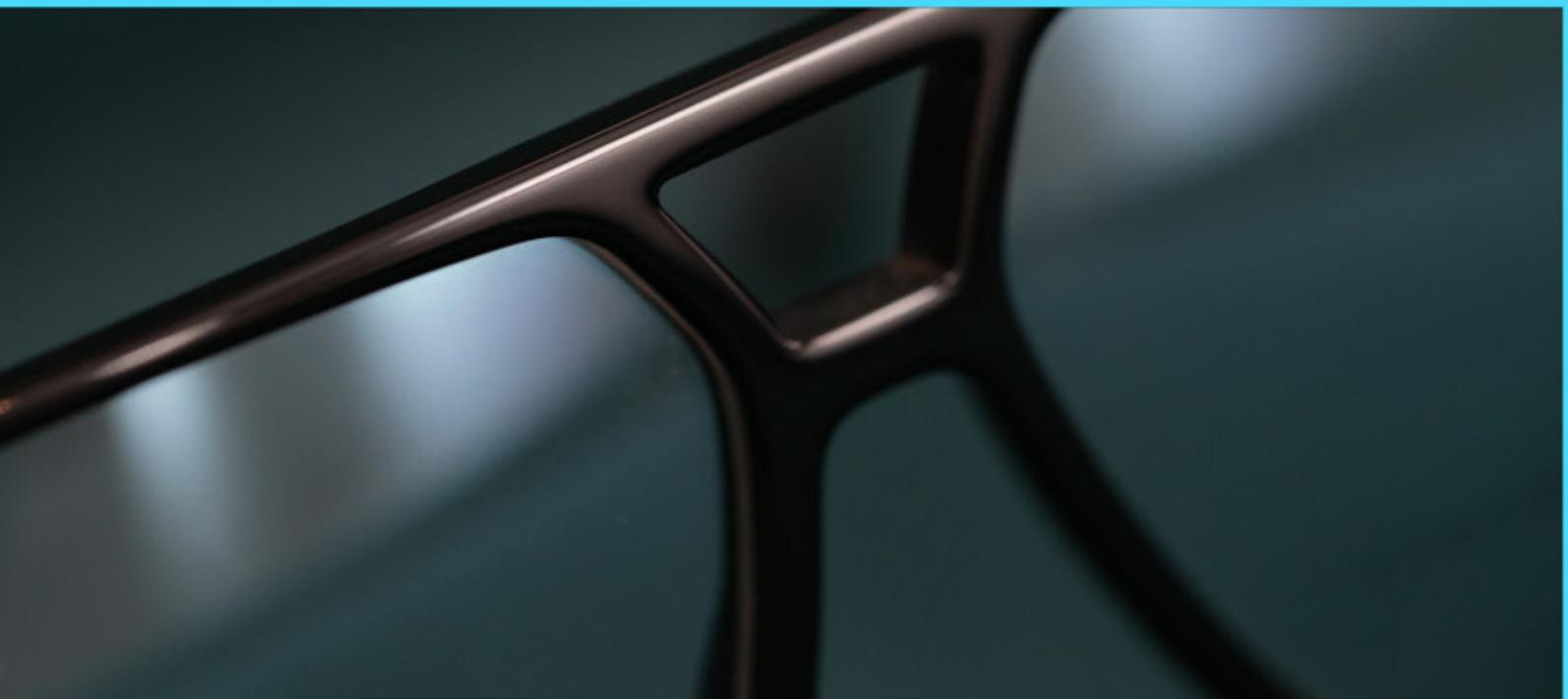


DESCÚBRELAS EN

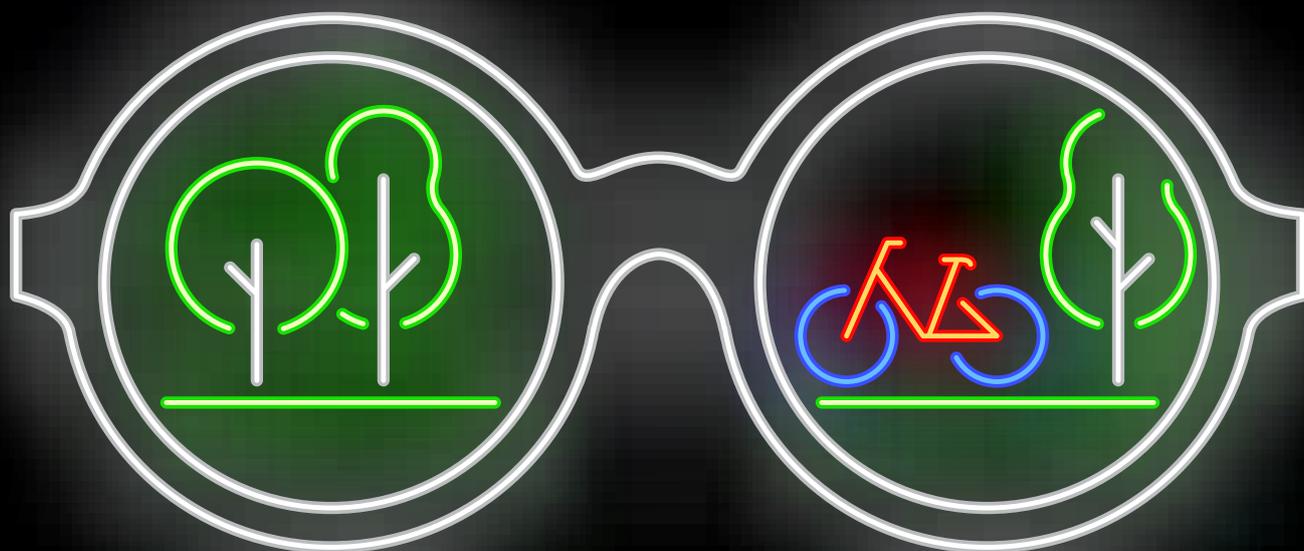


OC OPTICA

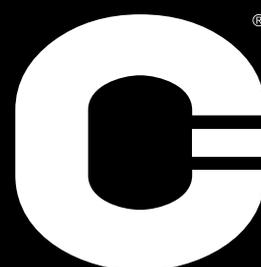
V I C T O R I A B E C K H A M







**Compra y consume  
en el comercio local,  
ganamos todos.**



**OC OPTICA**



# Cómo elegir las gafas más adecuadas para tu bebé

Contrariamente a lo que puedas pensar, las gafas para bebés no son unas gafas de adultos en chiquitito. Para que este producto se ajuste a las necesidades de sus usuarios, debe tener unas características especiales: adaptarse a la peculiar forma de su cabeza, a su pequeña nariz sin a penas tabique, a sus delicadas orejas... Para elegir las gafas que le van mejor, es fundamental que tengas varias cosas en cuenta:

## Su piel

Cuando vayas a comprar unas gafas para bebés, es importante que lo hagas en un establecimiento de confianza: encontrarás todas las garantías en una óptica especializada en productos infantiles. Asegúrate de que el material del que está hecha la montura sigue las normas europeas y que no contienen níquel (si tiene partes de metal). Cuando empiece a usar las gafas, es importante que observes bien su piel. Presta especial atención a las partes de la montura que están en contacto con su nariz, mejillas y orejas, si encuentras rojeces en ellas es posible que esté desarrollando una reacción alérgica.

## El ángulo de su nariz

Encontrar una montura que encaje en la nariz de tu bebé equivale a probar muchos modelos. Lo ideal es que las gafas se apoyen sobre el tabique nasal para que, de esta manera, el peso de las mismas se reparta mejor. Algunas monturas poseen piezas con revestimientos especiales, como plaquetas nasales de silicona, que permiten adherirse más a la piel. Esto ayudará a que las gafas de tu recién nacido permanezcan más sujetas.

## Las varillas

Tu bebé pasa mucho tiempo sentado en su sillita, recostado y descansando su cabeza hacia atrás. Para evitar que las gafas se le caigan porque sus terminales choquen con este apoyo, es importante que las varillas no sobresalgan por detrás de su cabeza. Además, deben ser resistentes y estar bien calibradas para que permanezcan en su sitio y evitar que el peque mire por debajo o por encima de las lentes. Los cordones o cintas elásticas resultan esenciales para una óptima sujeción, sobre todo cuando el bebé se vuelve más hábil con las manos y trata de quitarse las gafas.

## ¿Qué lentes son las más adecuadas para los peques?

El cristalino de los bebés y los niños es muy sensible y transparente y, por eso, sus ojos están más desprotegidos frente a los rayos nocivos del sol. ¿Sabías que el 80% de la radiación que se acumula en la vista, tiene lugar antes de los 18 años?

Las lentes Crizal Kids UV, de Essilor, son 12 veces más resistentes y un 30% más ligeras que el promedio y han sido específicamente pensadas para proteger los ojos de los más pequeños de forma adecuada. Cuentan con Factor de Protección Solar para los Ojos (E-SPF), exclusivo de Essilor, que protege sus ojos del sol incluso con lentes blancas. Además, estas lentes presentan una gran resistencia a arañazos y son muy fáciles de limpiar.

## Sobre la vista del bebé

Los ojos del bebé se empiezan a formar en el útero materno, en torno al primer mes de gestación. A partir del tercer mes, ya son sensibles a la luz y, por eso, si la tripa de su madre está a pleno sol, el pequeño se moverá buscando la sombra. La visión del feto es borrosa, pero puede percibir sus pies, sus manos y el cordón umbilical. Nada más nacer, la luz intensa le molesta y se protege de ella cerrando los ojos y moviendo la cabeza.

Hasta poco antes de cumplir un mes, ve en blanco y negro y sólo distingue aquello que se encuentra en su campo visual muy cercano; a unos 20 cm. Al mes y medio percibe los colores rojo y verde y, a los seis, el azul y el amarillo. Con medio año su agudeza visual es bastante buena (aunque será aún mejor hacia los 3-5 años) y ya es capaz de seguir un objeto con la mirada, algo que evidencia que ya controla sus músculos oculares.

La mayoría de los bebés nacen con defectos refractivos: El 88% tiene dioptrías, 25% son miopes, el 75% hipermétropes y casi todos tienen astigmatismo. En la mayoría de los casos, estos errores refractivos desaparecen con la maduración del ojo. No obstante, es fundamental llevar al niño a que pase su primer examen visual a los 6 meses.





**OC OPTICA**

Síguenos en: [!\[\]\(e51810ff30b37de53380ac76c06eed8d\_img.jpg\)](#) [!\[\]\(91f1bb7292c8cc58f14491bccea28702\_img.jpg\)](#) [!\[\]\(38d8e39920b091af7506b9a91a3d21a2\_img.jpg\)](#) [!\[\]\(0faea09d8a3d820df69ec80b214a4c1a\_img.jpg\)](#)