



OPTICA CARDONA

CONSEJOS PARA UNA BUENA SALUD OCULAR

MONTURAS INDESTRUCTIBLES PARA LOS NIÑOS

Los niños más pequeños requieren de una solución óptica apropiada para su edad. El estilo de vida de un niño, evidentemente no es el mismo que el de un adolescente y por supuesto no es igual que el de un adulto. Además el defecto visual más habitual en los niños pequeños es la hipermetropía y corrigiéndola lo que se pretende es que el desarrollo de la visión no se desvíe de la evolución adecuada. Así, las gafas de los más pequeños, no sólo deben de tener el tamaño adecuado a sus dimensiones, sino que tienen que asegurar un centrado óptico de los ojos a través de las lentes. Es decir, las gafas de los niños deben acoplarse a su fisionomía, asegurando que no se deslicen por su nariz y evitar que miren por arriba de las gafas, no a través de las lentes, lo que dejaría sin efecto la solución óptica. Otro concepto, también importante, sería el material de la montura, deben ser materiales blandos para que los niños estén cómodos y no se lesionen cuando reciben algún golpe sobre las gafas. Además, si son resistentes evitaremos las roturas de las gafas, más habituales en niños. Por todo esto, en Óptica Cardona confiamos en las marcas que proyectan todas estas características al diseñar las monturas para los más pequeños.

LA LUZ AZUL AFECTA A NUESTRA VISIÓN

Un tema de actualidad y que a todos nos preocupa, es la cantidad de horas que los niños y adolescentes pasan delante de los dispositivos digitales. Los dispositivos digitales: teléfonos móviles, tabletas, ordenadores portátiles y las pantallas LCD y LED, emiten luz azul, que se trata de una luz visible muy energética. La sobreexposición puede causar efectos adversos.



Frecuentemente aparecen síntomas ocasionados por el sobreuso de los dispositivos digitales: ojos irritados, ojos secos, estrés visual, visión borrosa, insomnio o dolores de cabeza. En Óptica Cardona ofrecemos, en estos casos, lentes que neutralizan la luz azul previniendo la fatiga y el estrés visual.

Las gafas de los niños deben acoplarse a su fisionomía, asegurando que no se deslicen por su nariz

MIOPÍA ESCOLAR: UN RIESGO PARA LA SALUD OCULAR

La miopía produce visión borrosa de lejos y puede aparecer en edad escolar. Como la miopía tiende a progresar, si esta aparece a una edad temprana es más probable alcanzar una alta miopía en la edad adulta. Cuando la miopía es alta,

aumenta el riesgo de sufrir determinadas patologías retinianas pudiendo afectar gravemente a la visión. Actualmente, ORTO-K es la técnica aplicada en ojos miopes, para desacelerar su progresión, más eficaz. La evidencia científica avala numerosos estudios que demuestran la eficacia de esta técnica en estos casos. Las lentes de contacto de ORTO-K tienen una geometría específica para modificar la forma de la córnea, y mantenerla así mediante el porte nocturno de las mismas. La cornea se aplanan en la parte central, eliminando temporalmente la miopía y además crea un anillo concéntrico capaz invertir el desenfoque periférico que se produce en la retina, respecto a la corrección del defecto visual con gafas. Así, durmiendo con lentes de contacto de ORTO-K se consigue ver bien sin gafas y lo más importante, se ejerce un control sobre la evolución de la miopía. En Óptica Cardona, tras una amplia experiencia, ofrecemos esta técnica de ORTO-K para controlar la miopía en los más jóvenes.

La protección de los ojos en la práctica deportiva es muy importante



VISIÓN DEPORTIVA: LOS JÓVENES Y EL DEPORTE

Nuestra pasión por el deporte, nos lleva a ofrecer en Óptica Cardona soluciones ópticas específicas para la práctica de los distintos deportes. La protección de los ojos en la práctica deportiva es especialmente importante, para evitar lesiones oculares, además de garantizar un mayor confort y una mejor visión. En Óptica Cardona ofrecemos gafas de protección deportiva y solar, a los niños y adolescentes que practican deporte.

optica
Cardona

C/ Reyes Católicos, 14 • Ibi • Tel. 96 655 29 40 • www.opticacardona.es

- Graduación de la vista
- Revisiones optométricas
- Terapias Visuales
- Medida de la presión intraocular
- Diagnóstico y tratamiento de problemas visuales
- Instrumentos de baja visión
- Contactología
- Venta de gafas de vista y de sol
- Ortoqueratología
- Retinografía



LA LUZ AZUL, ¿QUÉ ES, QUÉ PROVOCA Y CÓMO PODEMOS PROTEGERNOS?



Antonio Sola,
óptico optometrista

La luz azul es emitida por el sol y por fuentes artificiales como las bombillas LED que se han incorporado también a pantallas de los dispositivos electrónicos que tanto utilizamos actualmente (móviles, tablets, televisiones, ordenadores). Esta luz, por sus características, se sitúa en la parte inferior del espectro visible, cerca de las radiaciones ultravioleta cuya toxicidad en altas cantidades conocemos por sus efectos sobre la piel y la visión.

La exposición a este tipo de luz por tanto ha aumentado en los últimos años debido al aumento en el uso de este tipo de iluminación gracias a su bajo consumo y gran rendimiento lumínico. Como podemos imaginar es un fenómeno que está presente en nuestro día a día independientemente de la edad que tengamos.

Existen estudios que han demostrado que una sobreexposición a esta luz azul, provoca síntomas como fatiga ocular, ojos rojos, cansancio ocular, sequedad, disminución del parpadeo e incluso alteraciones del sueño y sus ciclos. También, a largo plazo se ha asociado a un amplio abanico de enfermedades como son: las cataratas, la degeneración macular, pterigión...

Para protegernos de esta radiación lumínica se han desarrollado varios tipos de filtros para reducir su transmisión: Filtros selectivos en las lentes de contacto.

Filtros específicos en las pantallas de los dispositivos que impiden que pase gran parte de la luz azul.

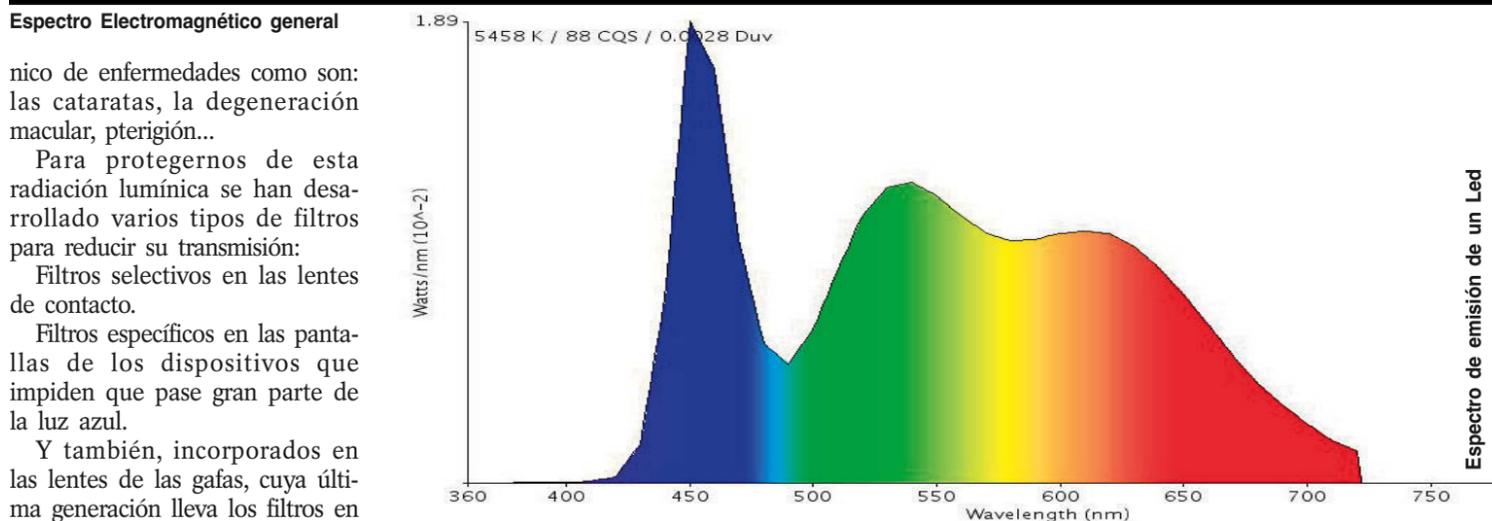
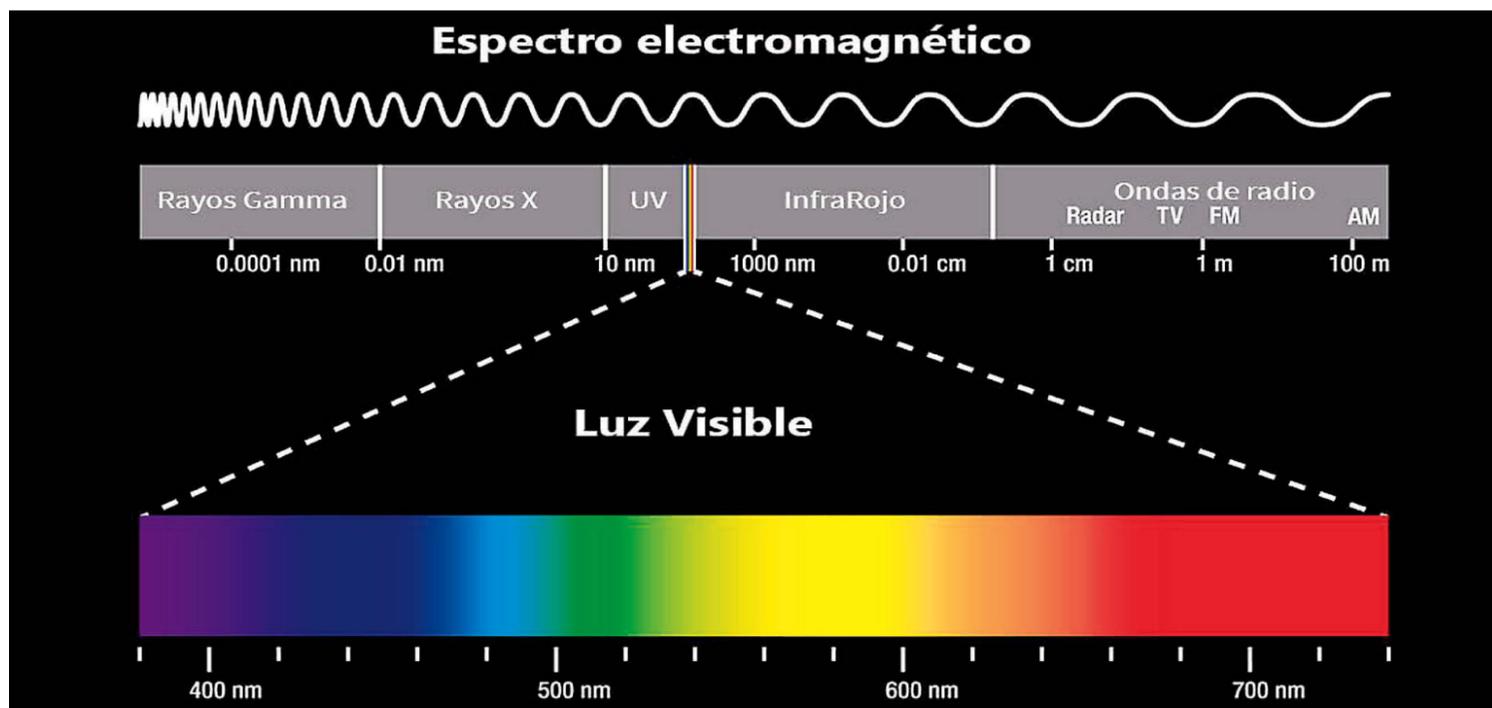
Y también, incorporados en las lentes de las gafas, cuya última generación lleva los filtros en el mismo material de la lente produciendo una defensa ante la radiación, llegando a bloquear radiaciones muy energéticas próximas a los rayos ultravioletas.

Estas lentes están disponibles en todas las graduaciones, inclu-

so sin graduación, y en todo tipo de lentes: monofocales, ocupacionales y progresivas, de modo que podemos protegernos de esta radiación sin importar cuál es el error refractivo que tengamos.

A pesar de todo esto, de lo que tenemos que ser conscientes es de que una gran exposición puede provocar problemas a nuestro sistema visual, por tanto,

para evitarlo debemos prevenir, reduciendo las horas de uso de dispositivos, proteger a los más pequeños de esta luz acortando las horas de exposición de los niños a estos dispositivos.



Orto-K Las lentes que actúan mientras duermes para una **vista perfecta todo el día**

Optica i audiometría
Ibi Ópticas

sin cirugía sin gafas sin lentillas

Pz. Miguel Servet, 4 (Ibi) • Tl. 96 655 36 90 • 643 145 081 • f

Optica i audiometría
Ibi Ópticas

tu óptica de confianza

Somos **COMERCIO EXCELENTE** ★★★

Plaza Miguel Servet, 4 • 03440 Ibi (Alicante) • Tel. 96 655 36 90
643 145 081 • info@ibioptics.com • www.ibioptics.com

SERVICIOS ÓPTICOS • AUDÍFONOS • CONTROL DEL GLAUCOMA • ORTO K