

# PROTECCIÓN PARA LOS OJOS FRENTE AL USO DE PANTALLAS

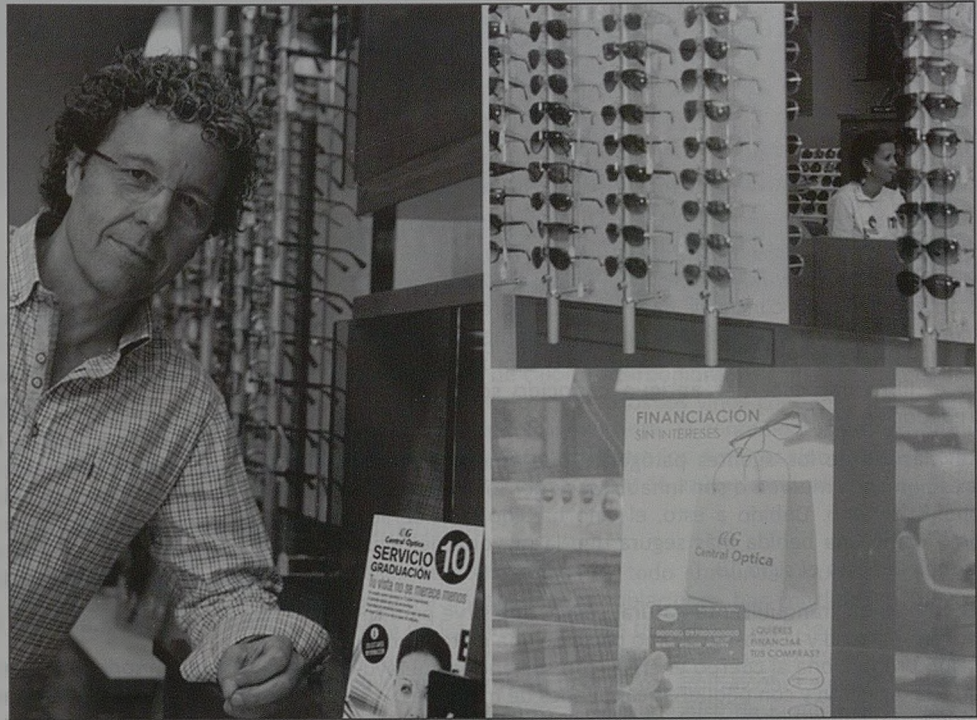
El estilo de vida actual hace que estemos cada vez más en contacto con pantallas digitales: ordenadores, tabletas, smartphones... Este estilo de vida conlleva también cambios en nuestra visión, puesto que pasamos muchas horas frente a este tipo de dispositivos, ya sea en el trabajo o en nuestro tiempo libre. Pero **¿qué consecuencias puede tener este cambio de estilo de vida en nuestros ojos?** Se lo preguntamos a **Alfonso de Central Óptica Guadalajara**.

*Recientemente se ha descubierto que la luz azul-violeta es perjudicial para las células de la retina, y que constituye uno de los principales factores de riesgo de aparición de la DMAE (Degeneración Macular Asociada a la Edad). ¿Dónde encontramos este tipo de luz?*

**Este tipo de luz está presente no sólo en estos dispositivos, sino también en lugares cotidianos de nuestra vida diaria**, tanto en exteriores (la luz solar emite este tipo de luz, independientemente de las condiciones atmosféricas) como en interiores (la mayoría de elementos cotidianos irradian luz azul-violeta: luces led, lámparas fluorescentes compactas etc.), constituyendo un factor de riesgo importante para nuestra salud visual.

*¿Cómo podemos protegernos de estas luces? ¿Existe algún tipo de solución para los ojos que nos pueda ayudar a prevenir estos daños?*

Como ópticos y especialistas en el cuidado de la visión, **en Central Óptica Guadalajara recomendamos Crizal Prevencia**. Es un tipo de lente transparente, es decir, para uso diario, que filtra de forma selectiva la luz perjudicial, al tiempo que deja pasar la luz



Alfonso de Central Óptica Guadalajara

necesaria para nuestra visión. El desarrollo de esta lente ha sido posible gracias a Light scan, una innovadora tecnología de antirreflejante selectiva **capaz de filtrar la luz nociva al tiempo que deja pasar la luz esencial** (luz visible), garantizando una transparencia excelente.

*¿En qué medida protegen estas lentes nuestra visión?*

Crizal Prevencia bloquea el 20% de la luz azul-violeta nociva, reduciendo el índice de muerte celular en la retina en un 25%. Y además, proporciona 25 veces más protección frente los rayos UV que si no se llevara nada.

En Ópticas Central Óptica Guadalajara confiamos en la investigación e innovación continua de Essilor, y en concreto de este nuevo producto. Es por ello que **recomendamos el uso de estas lentes sobre todo a aquellas personas usuarias de smartphones, tabletas y ordenadores** de forma habitual.

*Además de protección frente a la luz azul-violeta, nos comentas que también ofrecen protección frente a los rayos UV, ¿nos puede comentar un poco más?*

Al igual que estamos expuestos a la luz azul-violeta, lo estamos a los rayos UV, que están presentes

en exteriores y no solo cuando estamos directamente expuestos al sol, de hecho el 40% de la radiación UV nos llega cuando no estamos a plena luz. A nosotros nos gusta recomendar las lentes Crizal Prevencia porque **incluyen Factor de Protección Solar para los Ojos (E-SPF) 25**.

*Por último Alfonso, ¿Quieres darnos un último consejo para nuestros lectores?*

Pues que **cuidar los ojos es protegerlos hoy**, de ahí la importancia de emplear soluciones visuales de calidad.

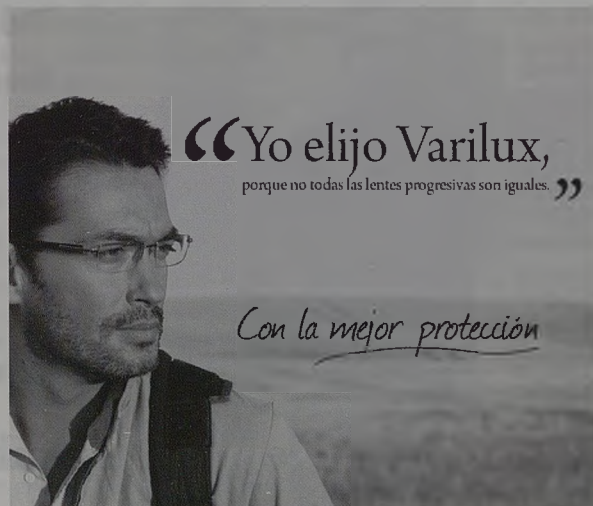
**CC**  
**Central Óptica**

CC Ferial Plaza - Avda. Eduardo Guitián s/n  
Tel.: 949 319 360

CC Eroski - Avda. del Ejército 34 - 19004  
Guadalajara - Tel.: 949 202 174

Avda. Guadalajara 8 - 19200  
Azuqueca de Henares - Tel.: 949 277 435

C/ Virgen De la Soledad 11 - 19003  
Guadalajara - Tel.: 949 231 172



TU 2º PAR DE LENTES PROGRESIVAS

**VARILUX**  
**DE REGALO\***

CON LA MEJOR PROTECCIÓN



\*Consulta las condiciones de la promoción.