

El uso de gafas mejora la salud visual y bienestar general de sus usuarios, según ZVC Viapol

[Multimedia](#)

El mes de enero, es el de los buenos propósitos. En otras ocasiones, ZEISS VISION CENTER Sevilla ha divulgado un decálogo de buenas prácticas visuales. En esta ocasión, y de cara al año 2023, sus profesionales quieren recordar todo lo que las gafas pueden hacer para mejorar el bienestar y que, probablemente, no se saben

El mes de enero, es el de los buenos propósitos. En otras ocasiones, ZEISS VISION CENTER Viapol ha divulgado un decálogo de buenas prácticas visuales. En esta ocasión, y de cara al año 2023, sus profesionales quieren recordar todo lo que las gafas pueden hacer para mejorar el bienestar de forma añadida a la corrección visual.

"Todos sabemos que las gafas nos permiten volver a ver con claridad. Con las lentes adecuadas, las gafas corrigen nuestros problemas de visión. Pero lo que quizá no saben, es que las gafas pueden hacer todavía más para mejorar nuestro bienestar", señala Javier Vega, director técnico de ZVC Viapol.

A continuación se resumen los diez aspectos más importantes:

1. Algunas personas sufren dolor de cabeza durante años y no saben por qué. A menudo el origen de esos dolores de cabeza acaba asociándose a problemas de visión y a la vista cansada. "Cuando esto sucede, es recomendable acercarse a la óptica a que le hagan un examen de la vista. A veces las gafas obran verdaderos milagros. Comprobar su visión binocular, es decir, como se coordinan ambos ojos, es fundamental para erradicar problemas crónicos, como hacemos en ZVC Viapol, con el Análisis Visual ZEISS", señala Javier Vega, director técnico de ZVC Viapol.
2. Pasar un largo día de trabajo delante del ordenador puede producir dolor de espalda, de cuello y de hombros. Eso se debe a que, con frecuencia, no se mira la pantalla correctamente para ver con claridad. De este modo se cansa la vista, pero una [ayuda visual especial](#) para trabajar delante del ordenador puede permitir que se relajen los ojos. "En ZVC Viapol contamos con múltiples opciones para mejorar el bienestar visual en el trabajo", sigue Vega.
3. Las gafas pesadas que ejercen presión en la nariz o detrás de las orejas, dejando cada día antiestéticas marcas, son cosa del pasado. "Basta con acercarse a la óptica para poner fin a esos puntos de presión, pero hay más posibilidades. La tecnología permite hoy unas nuevas monturas ligeras con lentes delgadas y modernas", explica el director.
4. Muchos usuarios de gafas están cansados de cambiar constantemente entre sus gafas graduadas y las de sol. Además, las gafas tampoco salen

bien paradas cuando se echan de cualquier modo al bolso, se meten en el bolsillo de la camisa o en la guantera del coche. [Las lentes fotosensibles](#) son perfectas, en particular para aquellas personas que necesitan llevar gafas en todo momento: permiten una visión perfecta en todas las condiciones lumínicas puesto que estas lentes pasan de claras o oscuras y viceversa a una velocidad increíble.

5. En la actualidad, mirar el smartphone forma parte de la vida. Ya ni se percibe la frecuencia con la que se cambia la mirada entre el móvil y el mundo real. Pero los ojos sí que lo perciben, sobre todo con el paso de los años. Trabajan horas extras, y una consecuencia es lo que se conoce como el síndrome visual informático. Como resultado se puede padecer dolor de cabeza, tensión muscular y vista excesivamente cansada. "Las [lentes digitales](#), cuyo diseño ha sido pensado para la forma en que miramos la realidad ahora, pueden servir de ayuda", explica el óptico.
 6. Las gafas protegen los ojos. Es lo que hacen las gafas para seguridad en el trabajo. Pero también hay que tener en cuenta las [gafas deportivas](#), que – gracias a su diseño curvo– ofrecen una protección excelente (p. ej. del viento a altas velocidades), una visión ideal en condiciones de luz cambiantes y, por último e igual de importante, protegen a los ojos de pequeñas partículas del aire al descender pendientes a gran velocidad.
 7. La creencia extendida es que el color azul de las lentes tiene un efecto calmante, el amarillo es agradable con luz difusa y supuestamente mejora el humor, mientras que el rosado incrementa la agudeza visual. Muchas personas debaten sobre lo que cada color de lente puede influir en el estado de ánimo. Pero, como norma general, se puede afirmar que el modo en que [el color de una lente afecta](#) al usuario realmente varía de una persona a otra. "Probar lentes de diferentes colores en la óptica para encontrar la más adecuada para cada paciente es algo que tenemos por costumbre en ZVC Viapol", afirma Vega.
 8. A veces es importante [percibir un mejor contraste](#) del que proporciona la visión natural. Sucede con lentes de sol, cuando se necesita mayor agudeza, o con gafas graduadas, si la visión de contraste es limitada debido a problemas de visión. "El Análisis Visual ZEISS en ZVC Viapol ofrece a los pacientes y a sus necesidades visuales interesantes soluciones de visión que mejoran la percepción del contraste", explica Javier Vega.
 9. Los amantes de los deportes acuáticos, conductores y cualquier persona a la que le molesten los reflejos al mirar a través de sus gafas de sol tienen una solución perfecta en las [lentes con filtro polarizador](#). Reducen el reflejo que produce la luz solar reflejada en superficies húmedas o brillantes, para que de este modo el usuario pueda disfrutar de una visión cómoda. "En ZVC Viapol, les mostramos la diferencia", sigue Vega.
 10. A muchos conductores no les gusta conducir al atardecer porque se sienten inseguros al volante. La visión de una persona por el día y por la noche, con las pupilas abiertas, puede ser muy diferente. Lo importante es que al usar un sistema de medición –como el i.Profiler@plus de ZEISS– el óptico puede determinar lo bien que ve por la noche y optimizar su visión con lentes especiales que incorporen la tecnología [i.Scription@](#). "Además, hay lentes como ZEISS DriveSafe, que han sido diseñadas para aportar un extra de seguridad a los conductores. Son gafas diarias para conducir", termina Vega.
-