



RETINA

NEWS

Boletín informativo de la Asociación Retina Murcia
Tercer trimestre de 2023 - Nº15

REGIÓN DE MURCIA

Inmersión de colores

Ayuntamientos y
monumentos de
toda España se
iluminan de verde
y azul por el Día
Mundial de la Retina

Las cartas del
PRESIDENTE
Tu congreso



LA REVISIÓN DE
PABLO
PALAZÓN


CIENCIA
@Ojoconlaciencia

UNA SALUD
UNIVERSAL
PARA LAS
ENFERMEDADES RARAS



Sumario

ASOCIACIÓN RETINA MURCIA

perteneciente a



EDITA

Asociación Retina Murcia

EN MURCIA

Calle Sierra Ascoy Nº 2 - Bajo
30008 MURCIA

EN CARTAGENA

Avenida Nueva Cartagena Nº 66
Urbanización Mediterráneo
30310 CARTAGENA

EN MOLINA DE SEGURA

Calle Isaac Peral, 33
30500 MOLINA DE SEGURA

TELÉFONOS DE CONTACTO

968 036 274 - 672 347 282

EMAIL

info@retinamurcia.org

3. EDITORIAL

- La niña bonita

4. LAS CARTAS DEL PRESIDENTE

- Tu congreso

5 a 7. CONGRESO RETINA MURCIA

- Mirando al mundo

- Programa

8 y 9. DÍA MUNDIAL DE LA RETINA

- Luces que inspiran

9. MACAVISIÓN

- Vuelta a la calma

10 y 11. ENCUENTROS INTERNACIONALES

- Por una salud universal para las ER

11. VOLCADOS CON MOLINA

- Y en la Feria de Murcia

12 y 13. LA REVISIÓN DE PABLO PALAZÓN Y SU @OJOCONLACIENCIA

- ¡Ojo con el sol!

14. LA MIRADA DE CARMEN

- Discapacidad visual: cuando aún se ve

15. LA LECTURA QUE NOS UNE

15. LOTERÍA EN LA SEDE Y EN LA WEB

16. LA CONSULTA DE PAULA

- La valentía de mirar hacia dentro

17 y 18. CANAL RETINA

- EPISODIO 46 - Ojos que no ven, personas
que sí cuentan

- EPISODIO 47 - Universidad para todos

19. TURISMO ACCESIBLE

- Tras los pasos de Rosa:
Museo Siyasa de Cieza

20 y 21. NUESTRA 'MASTERCHEF'

- La cocina es más fácil con Tina:
Verduras al horno con queso

22 y 23. ALFABETIZACIÓN DIGITAL

- Ampliar la pantalla 2

Editorial

La niña bonita

No está nada bien mirarse el ombligo, pero sí buscar excusas para celebrar algo y, en nuestro caso, alcanzamos los 15 números de esta aventura trimestral de RETINA NEWS. Seguimos siendo jóvenes y, por tanto, inexpertos, pero ponemos todo nuestro empeño e ilusión por sacar adelante cada número y superarnos para que cada trimestre te guste más leernos o escucharnos.

Queremos dar las gracias a todos los que se han sumado con secciones propias a este boletín, que además de informar, pretende, sobre todo, atender la demanda de sus socios, para los que están abiertas de par en par nuestras páginas para que expresen lo que deseen.

CONFIAMOS EN
SEGUIR MUCHO
TIEMPO SALIENDO
A LA LUZ PARA
VISIBILIZAR NUESTRAS
PATOLOGÍAS

Por nuestra parte, confiamos en seguir mucho tiempo saliendo a la luz para dar cada vez más visibilidad a nuestras patologías oculares y también a la labor que hacemos desde la Asociación Retina Murcia que, como ya sabes, siempre mira por ti.

Las cartas del

PRESIDENTE



Tu congreso

DAVID SÁNCHEZ GONZÁLEZ

PRESIDENTE DE LA ASOCIACIÓN RETINA MURCIA

Seis ediciones ya de nuestra gran apuesta: el Congreso Retina Murcia que, además, es el segundo internacional. Y que nació tras una quincena de jornadas anuales previas que se nos quedaban más que cortas.

Como todos los años, hemos procurado, y creo que conseguido, elaborar un programa variado, en el que, por supuesto, abordaremos aspectos científicos y médicos, pero también psicológicos y sociales, con testimonios personales sobre el día a día de al-

gunos afectados.

Mantenemos nuestro compromiso de informar a pacientes de toda España y también de Latinoamérica, gracias a la conexión en *streaming* al evento.

Invitamos a todo el mundo a participar e inscribirse a nuestro congreso, hecho para ti y organizado con tremenda ilusión por personas como tú. Gracias a los colaboradores que lo hacen posible y a mis compañeros que se dejan la piel en que todo salga a la perfección. Te queremos ver.

Congreso Retina Murcia



Mirando al mundo

La genética y las terapias génicas ocupan gran parte de esta cita de referencia internacional



RETINA MURCIA

Ha costado múltiples reuniones, presenciales y online, numerosas pruebas y algunas prisas y agobios de última hora, pero

ya está aquí nuestro sexto Congreso Retina Murcia, el segundo de carácter internacional, para echar “una mirada al mundo de la retina”, donde cobran protagonismo la genética

ca y el avance progresivo de las terapias génicas, que ocuparán buena parte de las charlas. Os esperamos el 6 y el 7 de octubre en el Hospital Morales Meseguer para ponernos al día.

Congreso Retina Murcia



**SEGUNDO
#CIRM**
*una mirada
al mundo*

6 - 7 OCTUBRE
Salón de actos del Hospital Morales Meseguer

**SEGUNDO
CONGRESO
INTERNACIONAL
RETINA MURCIA**



congresoretinamurcia.org

DÍA 1 - 6 DE OCTUBRE

09.00 - 13.00. Acreditaciones.

10.00 - 11.00. PONENCIA INAUGURAL.

- Dra. Dña. Encarna Guillén Navarro. Presidenta de la Asociación Española de Genética Humana.

11.00 - 11.30. ACTO INAUGURAL.

11.30 - 12.00. Pausa café.

12.00 - 13.30. MESA 1 - PRESENTE Y FUTURO DEL MANEJO DE LA ATROFIA GEOGRÁFICA Y DMAE.

- Dra. Dña. Sonia Diaz Calvo, H.U. Morales Meseguer

- Dr. D. Ignacio Lozano García, H.U. Unidad de Retina del Complejo Hospitalario de Cartagena

- Testimonios de pacientes

16.00 - 18.00. Acreditaciones.

16.00 - 17.00. MESA 2 - ATENCIÓN AL PACIENTE Y FAMILIAS CON DISCAPACIDAD VISUAL.

- Dña. Vivian Rizzo Milián. Magister Artium en psicología clínica y salud mental. Fundadora de la agrupación de pacientes Retinosis Pigmentaria GT.

- Dña. Mamen Almazán Peña. Psicóloga General Sanitaria. Psicoterapeuta individual, pareja y familia.

- D. Arturo Úbeda Prieto. Dtor, Territorial de Caser Salud Región de Murcia.

- D. Eduardo Enrique Valcárcel. Director de Caser Residencial Santo Ángel.

17.00 - 18.00. MESA 3 - ORPHANET Y



- Dña. Marian Corral. Directora de la Asociación Española de Laboratorios Huérfanos y Ultrahuérfanos (AELMHU).

- D. Francesc Palau. Orphanet.

18.00 - 18.30. Pausa café.

18.30 - 19.30. MESA 4 - AVANCES EN FARMACIA Y TRATAMIENTOS.

- D. Carlos Mendoza- Santiesteban. Bascom Palmer Eye Institute.

- Dña. Blanca García Sandoval. Fundación Jiménez Díaz.

- Dña. Maria Abellanas Lodaes. Fundación Jiménez Díaz.

- Testimonio de un paciente.

19.30 - 20.30. MESA 5 - AVANCES EN INVESTIGACIÓN EN ÓPTICA Y OFTALMOLOGÍA.

- D. Eloy Villegas Ruiz. Departamento de Física y miembro del Laboratorio de Óptica de la Universidad de Murcia.

- D. José Javier García Medina. HCU Morales Meseguer. Departamento Oftalmología, Optometría, Otorrinolaringología y Anatomía Patológica de la Universidad de Murcia.

DÍA 2 - 7 DE OCTUBRE

09.00 - 13.00. Acreditaciones.

09.30 - 10.30. MESA 7 - COMERCIO ADAPTADO A LA BAJA VISIÓN.

- ElPozo Alimentación.

- D. Óscar Pastor. Gerente del Centro Comercial Nueva Condomina.

- D. Jorge del Bosque Muñoz y Dña.

Leire Gorrochategui Gregorio. Asociación Restaurantes para Todos.

10.30 -11.30. MESA 8 - SÍNDROMES CON AFECTACIÓN VISUAL.

- Dña. Diana Valverde Pérez, Departamento de Bioquímica, Genética e Inmunología de la Universidad de Vigo

- Abordaje diagnóstico, manejo y seguimiento de pacientes con distrofias de retina sindrómicas. Dña. María José Sánchez Soler. Sección Genética Médica HCU Virgen de la Arrixaca, IMIB Arrixaca.

- Dña. Yolanda Capell. Paciente de Síndrome de Alström

11.30 - 12.00. Pausa café.

12.00 -13.30. MESA 9. SIMPOSIUM.

Moderadora: Regina Rodrigo Nicolás. Centro de Investigación Príncipe Felipe, Valencia

- D. José María Millán Salvador. Instituto de Investigación Sanitaria La Fe de Valencia.

- D. Eduardo Fernández Jover, Facultad de Medicina y Director de la Unidad de Fundamentos de la Visión y Neuroprótesis

del Instituto de Bioingeniería de la Universidad Miguel Hernández (UMH), Elche.

- Dña. Idoia Gallego Garrido, CIBER-BBN, Universidad del País Vasco (UPV/EHU),

Victoria Gasteiz.

- Dña. María Miranda (farmacológicas, hormonas).

- Dña. Berta de la Cerda Haynes, ABIMER/Fundación Pública

Andaluza Progreso y Salud.

13.30 -14.00. CLAUSURA.

Día Mundial de la Retina



Luces que inspiran

Molina de Segura y Cartagena se unen a la campaña por el Día Mundial de la Retina



Luces que inspiran, España ilumina la retina'. Ese es el lema con el que la Federación de Asociaciones de Distrofias de Retina (FARPE) promovió que Ayuntamientos y edificios públicos de toda España se iluminaran de verde y azul el 24 de septiembre, por el Día Mundial de la Retina. Molina de Segura encendió su ayuntamiento y Cartagena las fuentes del submarino Peral y de la plaza Juan XXIII.

MACAVISIÓN

Vuelta a la calma

Feliz vuelta a la calma a todos. Sé que muchos de vosotros no queríais que acabaran las vacaciones, pero los comienzos de curso pueden ser muy estimulantes, más que Año Nuevo.

Por eso, quiero hablaros de nuevos propósitos y nuevas actividades, haceros alguna propuesta, más allá de apuntarse al *gym* para perder algún que otro kilillo. Cursos de cerámica o de alfarería, trabajar con nuestras manos puede ser una buena forma de expresarnos. O el de coctelería, experimentar con los sabores. Un consejo, cuidado con las mezclas. También están los museos, ejemplo, el Museo Arqueológico de Murcia ofrece visitas guiadas y dejan tocar algunas de sus piezas. Ya os iré contando más.

¡Hasta el siguiente número!

Por una salud universal para las ER



Hasta Nueva York se trasladó nuestro presidente, David Sánchez, para representar a la Federación Española de Enfermedades Raras (FEDER) junto a su presidente, Juan Carrión, y reclamar en la ONU una cobertura de salud universal para los pacientes con estas patologías. También representó a Retina Internacional en el Congreso Internacional por la Innovación Genética en Patologías Oftalmológicas y Retinoblastoma en Sao Paulo, en Brasil.



Volcados en Molina de Segura

La localidad de Molina de Segura es una de las más activas en materia social para Retina Murcia. Hemos participado en Participadonia y nos integramos en el Consejo Municipal de Salud.



Y en la Feria de Murcia

Nuestra compañera Macarena montó un stand en el Malecón para participar en la Feria de Murcia.

¡Ojo con el sol!

Los ojos son una parte muy sensible de nuestro cuerpo, sobre todo de los que sufrimos alguna patología ocular, y debemos protegerlos todo el año

Sí, sí. ¡Ya lo sé! Este verano has ido a la playa, te has tomado una o varias cervezas en alguna terraza y, aunque hacía calor e intentabas no salir en las horas centrales del día, te has expuesto mucho más al sol de lo que deberías.

Seguro que has sido una persona precavida y te has puesto tu crema solar para proteger tu delicada piel, pero ¿has protegido también tus ojos? Vaya, eso justamente se te

había olvidado.

Los ojos son una parte muy sensible de nuestro cuerpo, sobre todo de los que sufrimos alguna patología ocular, y debemos protegerlos todo el año.

Este verano que nos ha dejado quizás has podido sentir en algún momento que tus ojos estaban sufriendo algún problema, con suerte leve, como sequedad ocular o conjuntivitis. La temperatura elevada, el aire acondicionado y el agua de las piscinas o del



LA REVISIÓN DE **PABLO PALAZÓN**

Doctor en Inmunología por la Universidad de Manchester
y experto en Investigación Clínica y Medicina Farmacéutica



CIENCIA
@Ojoconlaciencia

mar son responsables de muchas visitas al oftalmólogo en vacaciones. Pero existe otro factor que nos afecta durante todo el año: el sol. Por muchas nubes que haya en el cielo, la luz ultravioleta sigue acechándonos.

Nuestro ojo está diseñado para protegerse del sol, para ello tenemos nuestros párpados y nuestras pestañas, así como otras estructuras que protegen nuestra preciada retina: la córnea y el cristalino. Aun así, en periodos de larga exposición, horas centrales del día o en lugares que reflejan mucho la luz (piscinas, mar, en la nieve...) conviene hacernos un favor y prote-

gerlos todavía más.

Aparte de intentar evitar estas largas exposiciones y, por supuesto, no mirar directamente al sol, unas buenas gafas de sol pueden ser

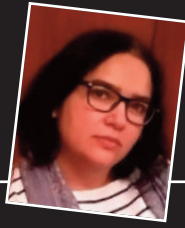
nuestras mayores aliadas. Pero aquí la moda no debe estar reñida con la protección: las gafas de sol deben estar correctamente homolo-

gadas, si no, pueden ser incluso contraproducentes.

Algo tan sencillo como seguir un par de consejos y ponerse unas buenas gafas de sol puede evitar gran parte de los problemas que afectan a nuestros delicados ojos. A partir de ahora, ¡no salgas sin ellas!

**POR MUCHAS
NUBES QUE HAYA
EN EL CIELO, LA
LUZ ULTRAVIOLETA
SIGUE
ACECHÁNDONOS**

La mirada de Carmem



Discapacidad visual: cuando aún se ve

Como muchos de vosotros sabéis y habéis vivido, una gran parte de la población piensa que en visión es o no saludas, cuando ves bien (y si no te pones gafas) o no percibes nada. Y contra esa creencia luchas a diario: cuando miras el móvil, cuando ves un cartel grande que está justo enfrente tuyo pero no a la persona que pasa por tu izquierda y a la que no saludas, cuando entras a un restaurante y no ves lo que hay en la mesa porque tienen poca luz, y tantas otras situaciones. Cuando damos charlas en

los institutos y colegios, cuando participamos en ferias de la salud, de voluntariado o de la discapacidad, cuando se saca una revista como esta o se graba un podcast como Canal Retina; con todas estas acciones lo que pretendemos es romper mitos y errores y explicar que la visión no es Sí o No, que la visión es un rango del 0 al 100 y que hay que saber ver cuándo no se ve.

La lectura que nos une



El club de lectura de Retina Murcia ha echado a volar con doce participantes que se reúnen cada mes mediante la plataforma Zoom los primeros miércoles de cada mes por la tarde para comentar la obra que se han leído. La elec-

El club de lectores de Retina Murcia echa a volar con doce participantes

Se reúne los primeros miércoles de mes

ción del libro de cada mes se hace mediante el consenso de todos, después de que cada uno proponga los títulos que desee. Para unirte al club, puedes llamar a la asociación.

Lotería en la sede y la web

Si quieres décimos del 87939 la lotería de Navidad que juega la asociación los tienes en nuestra sede o en la página web. Ayúdanos a compartir la suerte con todos.



La consulta de Paula



La valentía de mirar hacia dentro

Llega el momento de agradecer el camino andado juntos; los tropiezos, las lágrimas, las sonrisas y los progresos. No es fácil atreverse a

mirarnos por dentro, mostrar dónde nos sentimos vulnerables y regalar la confianza para ahondar en todo ello. Vosotros y vosotras lo habéis hecho y es de admirar, ya que cuando os esforzáis por superaros cada día, nos dais aliento también al resto.

Este tiempo compartido ha sido muy enriquecedor por muchos aspectos personales y profesionales. Habéis demostrado que la fuerza

interna nada tiene que ver con las capacidades físicas, que realmente el que quiere puede, que aceptando la realidad se sobrepasan los muros y se crean nuevos caminos y que, aún sin ver o viendo poco, sabéis disfrutar de la vida inventando mil maneras de vivirla.

Gracias por atreveros, por ser honestos, por confiar y por seguir avanzando hacia vuestras metas e ilusiones.



Canal Retina

Episodio 46

Ojos que no ven, personas que sí cuentan

“Sorprende cómo los niños son capaces de ponerse en la piel del otro”

El episodio 46 de Canal Retina ha servido para que os presentemos y analicemos el impacto de nuestro proyecto ‘Ojos que no ven, personas que sí cuentan’. Se trata de un programa socioeducativo que Reti-

na Murcia lleva a cabo en los centros escolares de la Región de Murcia. Trata de explicar a los alumnos qué es la baja visión y cómo interactuar con quien la padece. Se puso en marcha en 2020 y ha llegado a 2.600

alumnos de decenas de colegios e institutos de varios municipios de la Región.

ELENA ESTEBAN,
PAULA CASTEJÓN Y
ANDRÉS TORRES



EL EPISODIO 46 DE CANAL RETINA ES EL PRIMERO SIN DAVID SÁNCHEZ COMO PRESENTADOR. INTERVIEN LA TRABAJADORA SOCIAL, LA PSICÓLOGA Y EL VOCAL DE COMUNICACIÓN DE LA ASOCIACIÓN.

Canal Retina

Entrevistas completas en www.canalretina.org

Episodio 47

Universidad para todos

**EVA CASANOVA SAAVEDRA**

TÉCNICA DE DISCAPACIDAD DEL
SERVICIO DE ATENCIÓN A LA
DIVERSIDAD Y VOLUNTARIADO DE
LA UNIVERSIDAD DE MURCIA (UMU)

“Profesores y alumnos también aprenden de los estudiantes con discapacidad que hay en la universidad”

A Eva Casanova a la Diversidad y le apasiona su Voluntariado de la Universidad de Murcia (UMU) y

nos lo cuenta en este episodio.

Este servicio tiene más de 25 años y permite cursar estudios universitarios a personas con limitaciones. Lo que más le impresiona a Eva es comprobar que los profesores y alumnos aprenden mucho de los compañeros con discapacidad que hay en las aulas.

El servicio atiende de forma personalizada a cada usuario según sus necesidades.

TURISMO ACCESIBLE**Tras los pasos de Rosa**

Museo de Siyasa de Cieza

PRO-
DUC-



CIÓN DE 3 ARCOS A ESCALA NATURAL CON INFORMACIÓN EN BRAILLE, ASÍ COMO MAQUETA TÁCTIL DE LA ZONA DESCUBIERTA.

- EL MUSEO DE SIYASA (MUSEO ARQUEOLÓGICO DE CIEZA) SE INAUGURA EN 1999 EN LA CALLE SAN SEBASTIÁN, 17. CONSERVA OBJETOS Y RESTOS ARQUEOLÓGICOS DESDE EL PALEOLÍTICO. DESTACA LA ÉPOCA ANDALUSÍ GRACIAS A LOS RESTOS DEL POBLADO DE MEDINA SIYASA. ES UNO DE LOS YACIMIENTOS MEJOR CONSERVADOS DEL TERRITORIO ANDALUSÍ, CUYOS RESTOS EXCAVADOS SON VISITABLES.

REPRODUCCIONES A ESCALA Y MAQUETA TÁCTIL

DESTACAN LA REPRODUCCIÓN A ESCALA REAL DE 2 DE SUS VIVIENDAS DE LA ETAPA ANDALUSÍ Y LA RE-

PARA DISCAPACIDAD VISUAL

CUENTA CON 2 ENTRADAS CON RAMPA Y ASCENSOR. EL SUELO ES PODOTÁCTIL Y, PRÓXIMAMENTE, CONTARÁN CON CÓDIGOS NAVILENS PARA USUARIOS CON DISCAPACIDAD VISUAL.

HORARIOS Y ENTRADA GRATUITA

- DEL 23 DE AGOSTO AL 15 DE JUNIO (MARTES A SÁBADOS DE 11 A 13.30 Y DE 17.30 A 21 HORAS, DOMINGO Y FESTIVOS DE 10:30 A 14 HORAS).
- DEL 16 DE JUNIO AL 22 DE AGOSTO (MARTES A SÁBADOS DE 10 A 14 HORAS)
- VISITAS DE GRUPOS CON CITA PREVIA
- LA ENTRADA ES GRATUITA.

Nuestra 'masterchef'



La cocina es más fácil con Tina.

ESTA SECCIÓN QUIERE AYUDAR A QUIENES PERDEMOS LA VISIÓN COMPLETA O PARCIALMENTE A SEGUIR COCINANDO Y ELABORAR NUEVAS DELICIAS.

TINA ES NUESTRA 'MASTERCHEF'.



EN ESTA OCASIÓN, OS PRESENTO UNA RIQUEZIMA RECETA, ADEMÁS DE MUY SALUDABLE Y FÁCIL DE HACER

Ingredientes

- UN PIMIENTO ROJO • UNA BERENJENA • UNO O DOS CALABACCINES (DEPENDE DEL TAMAÑO) • UNA CUCHARADA TAMAÑO CAFÉ DE ALBAHACA SECA Y OTRA DE TOMILLO SECO • TRES DIENTES DE AJO • 40 GRAMOS

- DE PAN RALLADO • 40 GRAMOS DE QUESO PARMESANO • 400 GRAMOS DE QUESO PARA FUNDIR • 400 GRAMOS DE TOMATE FRITO • ACEITE, SAL Y PIMIENTA.

Elaboración

- **Paso 1.** MEZCLAR EN UN RECIPIENTE AMPLIO EL PAN RALLADO, LOS 40 GR DE QUESO PARMESANO, LAS CUCHARADITAS DE ALBAHACA Y TOMILLO Y LOS AJOS PRENSADOS O PARTIDOS EN

TROZOS PEQUEÑOS. • **Paso 2.** LAS VERDURAS QUE VAMOS A UTILIZAR, LAS PODEMOS PELAR O NO, SEGÚN GUSTOS. • **Paso 3.** DESPUNTAMOS LOS CALABACINES Y LA BERENJENA Y LOS PARTIMOS EN TROZOS. • **Paso 4.** QUITAMOS EL TALLO Y LAS SEMILLAS DEL PIMIENTO ROJO Y TAMBIÉN LO TROCEAMOS. • **Paso 5.** MEZCLAMOS LA VERDURA EN UNA BANDEJA DE HORNO, LA ROCIAMOS CON ACEITE Y LA MOVEMOS PARA QUE SE IMPREGNE BIEN. • **Paso 6.** USAMOS LAS MANOS PARA MEZCLAR LA VERDURA CON EL PAN RALLADO Y EL QUESO. • **Paso 7.** PRECALENTAMOS EL HORNO Y METEMOS LA BANDEJA A 200° DURANTE 40 Ó 46 MINUTOS. • **Paso 8.** COMPROBAR QUE ESTÁ HECHA LA VERDURA, SACAR LA BANDEJA Y CUBRIR TODO CON TOMATE FRITO Y, DESPUÉS, CON EL QUESO PARA FUNDIR. METER AL HORNO OTROS 15 MINUTO. • **Paso 9.** SERVIR CON PERJIL PICADO.

‘Truco’ para ciegos y baja visión

- HOY LES HABLO DEL PELADOR, UN UTENSILIO MUY ÚTIL PARA NOSOTROS QUE NOS AYUDA A PELAR LAS VERDURAS SIN DESPERDICIAIR NADA, PORQUE QUITA JUSTO LA PIEL SOBRANTE. NO ES MUY COSTOSO Y LO PUEDES ENCONTRAR EN CUALQUIER FERRETERÍA Y MUCHOS COMERCIOS.

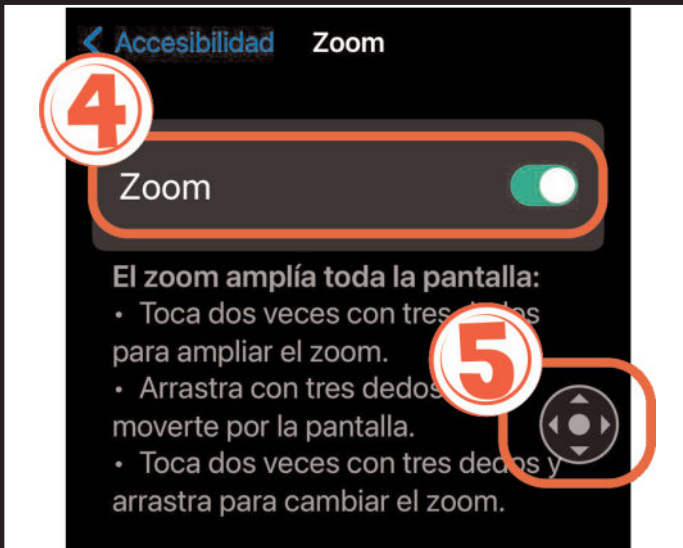
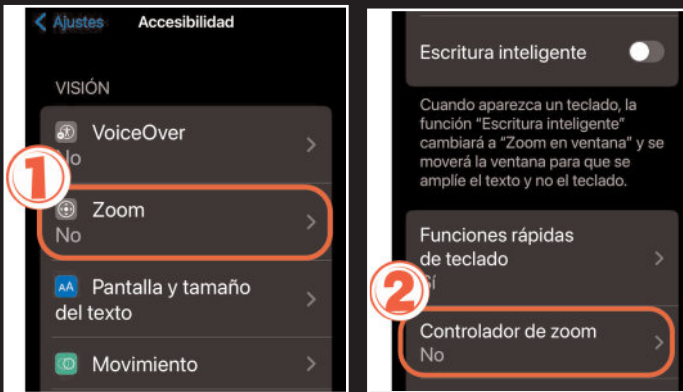


ALFABETIZACIÓN DIGITAL**Tecnología a tu alcance.**

Ampliar la pantalla 2

- PARA LOS QUE TODAVÍA CONSERVAMOS ALGO DE VISIÓN, NOS PASA QUE HAY APLICACIONES DONDE LA AMPLIACIÓN DE TEXTO NO SE APLICA O EL CONTRASTE NO ES SUFICIENTE. ES EN ESE MOMENTO CUANDO DESEAMOS TENER A MANO UNA FUNCIÓN PARECIDA A LA APLICACIÓN DE FOTOS, DONDE CON LOS DOS DEDOS PODAMOS AMPLIAR POR UN MOMENTO ESA ZONA QUE NO APRECIAMOS. PUES BIEN, AQUÍ OS TRAEMOS UNA SOLUCIÓN EN EL IPHONE QUE SEGURO OS SERÁ DE GRAN AYUDA.
- PRIMERO, VE A CONFIGURACIÓN, ACCESIBILIDAD, ZOOM (1). BUSCA CONTROLADOR DE ZOOM (2) Y ACTIVAMOS LA OPCIÓN MOSTRAR CONTROLADOR (3). AHORA, REGRESAMOS Y ACTIVAMOS EL ZOOM (4).
- AL ACTIVARLO, LA PANTALLA SE AMPLIA Y ADEMÁS APARECERÁ UNA NUEVO ICONO SUPERPUESTO (5). ES EL CONTROLADOR DE ZOOM Y AHORA TE EXPLICO SUS FUNCIONES MÁS COMUNES:
- SI PULSAS DOS VECES SOBRE ÉL, ACTIVAS Y DESACTIVAS EL ZOOM FIJO.
- SI ESTÁ DESACTIVADO Y PULSAS ENCIMA DE ÉL Y DESPLAZAS EL DEDO, EL ZOOM SE ACTIVARÁ MIENTRAS MANTENGAS EL DEDO SOBRE LA PANTALLA Y DESAPARECE CUANDO LO LEVANTAS. MUY ÚTIL PARA ESOS DETALLES PEQUEÑOS QUE NECESITAS VER.
- SI DESEAS PONER EL ICONO EN OTRO LUGAR DE LA PANTALLA,

JUAN LAUREANO Y MARTÍN



EN UNOS SEGUNDOS, Y DESPUÉS YA PUEDES MOVERLO EN EL LUGAR QUE MEJOR TE RESULTE.

• SI REALIZAS UNA PULSACIÓN RÁPIDA, TENDRÁS UN MENÚ DONDE PODRÁS VER MÁS OPCIONES DE CONFIGURACIÓN (6).

AL FINAL ES UNA AYUDA PARA LAS PERSONAS QUE TODAVÍA CONSERVAN PARTE DE SU AGUDEZA VISUAL, PERO NO ES SUFICIENTE Y NECESITAN DE UNA AYUDA EXTRA. ESPERAMOS QUE OS SEA DE GRAN UTILIDAD.

SOLO NECESITAS PULSAR ENCIMA DE ÉL, NO MOVER EL DEDO

RETINA MURCIA 2.0

DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA



MIRA POR TI

Conócenos en:
www.retinamurcia.org

Colaboradores



Región de Murcia
Consejería de Salud



Región de Murcia



Región de Murcia
Consejería de Mujer, Igualdad,
LGTBI, Familias y Política Social



AYUNTAMIENTO DE MURCIA



Ayuntamiento
Cartagena



AYUNTAMIENTO DE
MOLINA DE SEGURA



Puerto de Cartagena

Autoridad Portuaria de Cartagena