RETINA NEWS

REGIÓN DE MURCIA

Boletín informativo de la Asociación Retina Murcia
Cuarto trimestre de 2024 - Nº20

Las cartas del PRESIDENTE

Ilusionados

Una mirada positiva

Optimismo generalizado en el Congreso Retina Murcia ante las buenas perspectivas de que surjan nuevas terapias

La revisión de Pablo Palazón

Ojo con la CIENCIA

@Ojoconlaciencia

PRIMER PASO HACIA LA ESPECIALIDAD DE GENÉTICA

ASOCIACIÓN RETINA MURCIA

perteneciente a

EDITA
Asociación Retina Murcia

SEDES
Murcia. Calle Sierra Ascoy Nº 2 - Bajo - 30008 MURCIA
Avenida Nueva Cartagena Nº 66
Cartagena. Urbanización Mediterráneo - 30310 CARTAGENA
Tlf: 968 036 274 - 672 347 282
EMAIL. info@retinamurcia.org

Sumario

3. EDITORIAL
- Trabajo y resultados

4. LAS CARTAS DEL PRESIDENTE
- Ilusionados

5. TE INTERESA
- Primer paso hacia la especialidad de Genética

6 a 16 . III CONGRESO INTERNACIONAL RETINA MURCIA
- Una visión colectiva de futuro

17. APOYAMOS A FEDER

18 y 19. LA REVISIÓN DE PABLO PALAZÓN Y SU @ojoconlaciencia
- ¿Por qué lloramos cuando estamos tristes?

20. MACAVISIÓN
- Braille

21. NOTICIAS BREVES

22. LA MIRADA DE CARMEN
- Navidad visual

23. TURISMO ACCESIBLE
- Auto de los Reyes Magos de Aledo

24 y 25. NUESTRA 'MASTERCHEF'
- Tarta de la abuela

26 y 27. ALFABETIZACIÓN DIGITAL
- La lupa de Windows (2)

Región de Murcia
Consejería de Salud

Servicio Murciano de Salud

Retina News se publica gracias a la colaboración del Servicio Murciano de Salud. Nuestra asociación Retina Murcia, ha logrado el apoyo de esta institución, mediante el otorgamiento de ayudas a Fundaciones y Asociaciones sin ánimo de lucro, de pacientes y familiares de pacientes que desarrollan programas de prevención de la enfermedad, ayuda mutua y autocuidados para enfermos crónicos en la Región de Murcia durante el año 2024. Gracias a su colaboración podemos mantener este medio donde ofrecemos toda la información actualizada a las personas afectadas, a las familias y a la población en general.

Editorial

Trabajo y resultados

Nuestras limitaciones visuales no impiden que procuremos mirar siempre el lado positivo y nuestra publicación procura mantener un tono optimista y esperanzador, sin euforia ni falsas expectativas.

Nuestro número 20, éste que está leyendo, nos invita a celebrar con ilusión multitud de buenas noticias. Destacamos, en primer lugar, el inicio de los trámites necesarios para la implantación de la especialidad de Genética en el Sistema Nacional de Salud, lo que acaba con una lucha de más de 40 años en los que colectivos como el nuestro se han sumado a esta histórica reivindicación.

A ello, se suman las muchas buenas perspectivas que la investigación genera sobre posibles terapias en un futuro cercano, como se reflejó en las ponencias de nuestro Congreso Retina Murcia, una cita de referencia que desplegó optimismo por lo que está por venir y que nos anima a los pacientes a estar preparados.

Las buenas noticias nos animan a seguir trabajando y reactivan la ilusión por una tarea ardua y duradera, pero convencidos de que al esfuerzo le llega la recompensa de los resultados.

Las cartas del

PRESIDENTE

Ilusionados

David Sánchez González
Presidente de la Asociación Retina Murcia

Nuestra asociación vive el final de 2024 y el comienzo de 2025 con ilusiones renovadas. Cerramos el año con un trimestre en el que desarrollamos nuestro congreso, asistimos a la Jornada FUNDALUCE, presentamos en Cartagena la exposición 'Lucy y su punto de vista', como miembros de FARPE, y celebramos el Día de la Discapacidad con numerosas actividades. La nota negativa fue ver cómo en nuestra comunidad vecina sufrían una DANA devastadora con la pérdida de numerosas vidas humanas.

Este 2025 recién estrenado ya estamos planificándolo, desde finales de año, con mucha ilusión y nuevos retos. Deseamos contar con la ayuda y participación de nuestros socios y también de todos aquellos agentes y colaboradores externos a la asociación que nos acompañáis habitualmente. Nos vemos en la próxima asamblea para evaluar el pasado año y decidir entre todos los nuevos retos e iniciativas para 2025.

Te interesa

Primer paso hacia la especialidad de Genética

La Comisión de Recursos Humanos del Sisteman Nacional de Salud aprueba crear Genética Clínica y de Laboratorio

Retina Murcia

La Comisión de Recursos Humanos del Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud aprobó el pasado diciembre la creación de las especialidades de Genética Médica y Genética Clínica de Laboratorio, dando respuesta a una reivindicación histórica de las personas con enfermedades raras y sin diagnóstico. Desde Retina Murcia aplaudimos este paso clave para facilitar el acceso y la equidad para obtener un diagnóstico más certero de las distrofias hereditarias de retina. De las 6.417 enfermedades raras identificadas en Europa, unas 900 afectan a la visión y la gran mayoría son hereditarias.

Una visión

El Congreso Retina Murcia repasa los avances que animan a los investigadores a marcarse los retos de lograr el diagnóstico de enfermedades raras en un año desde los síntomas y desarrollar mil terapias para 2027

colectiva de futuro

Desarrollar mil terapias para las enfermedades raras. Es un objetivo ambicioso, pero viable. Al menos, así lo considera el Consorcio Internacional de Enfermedades Raras, que se ha marcado este reto de cara a 2027. Nos lo contó el doctor Ángel Carracedo, catedrático de la Universidad de Santiago de Compostela y director de la Fundación

Congreso Retina Murcia

Pública Gallega de Medicina Genómica, en la ponencia inaugural de nuestro Congreso Retina Murcia, que estuvo plagado de noticias sobre avances muy esperanzadores. El propio Carraccedo añadió que otra de las metas que se han marcado es lograr el diagnóstico de estas enfermedades en un año desde la aparición de los síntomas.

Este investigador señaló que, aunque España ha progresado en este ámbito, aún enfrenta ciertos problemas estructurales que impiden alcanzar plenamente estos objetivos. Sin embargo, iniciativas como el programa "Impact Genómica" y la cartera de servicios de genética del Ministerio están ayudando a mejorar el acceso y la equidad en el diagnóstico genético.Carracedo mencionó el potencial que ofrecen nuevas tecnologías, como la edición genética con CRISPR y el gran interés de empresas y laboratorios en el desarrollo de terapias.

Las ventajas de las distrofias de retina

Comentó también que las distrofias de retina tienen ciertas ventajas para el desarrollo de tratamientos, como el acceso directo al ojo mediante vectores virales o nanopartículas, lo cual facilita la administración de tera-

pias. "Aunque, actualmente, solo existe una terapia génica aprobada para enfermedades de la visión, se espera que este número crezca de aquí a 2027, impulsado por el esfuerzo continuo en la investigación y desarrollo de tratamientos para patologías oculares y otras enfermedades genéticas", indicó.

El Congreso sirvió otro año más para repasar el estado actual de la investigación sobre las distrofias de retina, así como para abodar los retos y esperanzas de los pacientes afectados.

Precisamente, los pacientes tienen un papel clave en este aspecto, como resaltó el doctor Domingo González-Lamuño Leguina, del Hospital Universitario Marqués de Valdecilla y la Universidad de Cantabria, quien explicó la importancia del papel activo del paciente en la elaboración de estudios genéticos.

Historia detallada del afectado y sus familiares

Subrayó que para un diagnóstico genético adecuado es crucial contar con una historia detallada, no solo del afectado, sino también de sus antecedentes familiares. "Al tratarse de enfermedades genéticas con impacto potencial en la familia, cada paciente debe asumir la responsabilidad de gestionar y transmi-

tir esta información a sus descendientes y otros familiares. Incluso en edades avanzadas, el estudio y la transmisión de datos genéticos pueden ser vitales para los familiares, ya que permiten la detección temprana, medidas de prevención e incluso intervenciones que podrían modificar el curso de la enfermedad", enfatizó.

Por otro lado, la doctora Gema García, del Instituto de Investigación Sanitaria La Fe de Valencia, presentó el proyecto europeo BETTER, un consorcio que reúne a 16 instituciones de ocho países. Financiado por la Comisión Europea, el proyecto busca desarrollar herramientas para analizar datos clínicos, imágenes y datos económicos con el fin de mejorar el conocimiento sobre distintas enfermedades. En particular, el equipo de la doctora García lidera el estudio de las distrofias hereditarias de la retina. "Uno de los principales retos del proyecto es la homogeneización de datos, dado que los países participantes recolectan información de diferentes maneras. Este proceso, aunque parece sencillo, es complejo y lleva más de un año en desarrollo", indicó.

IA ara buscar patrones comunes en los pacientes

Además, el proyecto utiliza

inteligencia artificial para identificar patrones y factores comunes en los pacientes que podrían pasar desapercibidos con los métodos tradicionales. Esta tecnología podría ayudar a predecir el pronóstico de los pacientes y detectar características comunes en aquellos con ciertas alteraciones genéticas.

Dos patologías crecientes

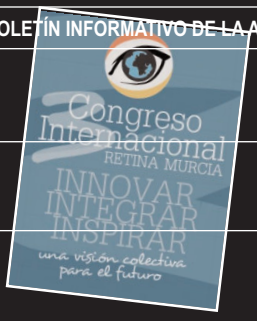
La doctora Inmaculada Selles, profesora de la Universidad de Murcia y vinculada al Hospital Reina Sofía, también intervino en nuestro congreso y destacó el aumento de la degeneración macular asociada a la edad y de la retinopatía diabética. Se trata de dos patologías en crecimiento que afectan a un gran número de pacientes. "Estas enfermedades son crónicas y requieren un seguimiento prolongado, lo que genera una saturación en las consultas", admitió. La retinopatía diabética es la principal causa de ceguera en personas en edad laboral, mientras que la degeneración macular afecta principalmente a mayores de 65 años. A medida que la población envejece, aumentará la demanda de atención, pero el sistema sanitario todavía enfrenta desafíos para atender a todos los pacientes, ya que se necesita más personal y recursos. Aunque hay trata-

mientos más efectivos, el sistema debe mejorar para poder atender a la creciente población afectada.

Por su parte, el doctor Nicolás Cuenca, catedrático de la Universidad de Alicante explicó los avances recientes y futuros en la investigación de enfermedades de la retina. Señaló que, gracias a la colaboración entre laboratorios de todo el mundo, se ha desarrollado una terapia génica efectiva para un tipo específico de distrofia retiniana, que ya ha mejorado la visión de alrededor de 30 personas en España. Aunque existen cientos de genes involucrados en estas patologías, se están desarrollando y evaluando terapias génicas para otros genes, lo que, según Cuenca, conducirá a un crecimiento exponencial en el tratamiento de estas enfermedades.También mencionó la técnica CRISPR, una tecnología revolucionaria que permite modificar el genoma humano.

Un centro nacional para investigar terapia génica

Destacó que sería interesante crear un centro nacional de investigación en terapia génica en España, especialmente en CRISPR, para atraer talento y desarrollar nuevas terapias para enfermedades genéticas, como es el caso de las distrofias reti-



nianas.

Joaquín Sánchez Onteniente, responsable de baja visión en la Clínica Universitaria de Visión Integral de la Universidad de Murcia y director de la óptica Sobrado, repasó los avances en su campo para mejorar la visión de los pacientes la Retiplus 1, diseñada para patologías como la visión en túnel, glaucoma terminal y traumas en el campo visual, mientras que la Retiplus 2, pensada para afecciones de la mácula y el campo central, como la maculopatía y la retinopatía diabética. "Aunque estos dispositivos no son baratos, pueden mejorar significativamente la autonomía visual y la calidad de vida de los usuarios.

Gafas electrónicas a prueba

Además, comenta que, gracias a un convenio con Retina Murcia, los socios de la asociación pueden probar las gafas de manera gratuita durante un mes o más para ver si realmente mejoran su vida diaria antes de decidir si adquirirlas. El precio de las gafas varía entre 4.000 y 5.000 euros. Para aquellos fuera de la región de Murcia, Joaquín sugiere contactar con la Sociedad Española de Especialistas en Baja Visión (SEEBV), que puede ayudar a localizar un especialista cercano que ofrezca

pruebas de estos dispositivos electrónicos.

Implantes en el cerebro para poder ver sin ojos

Gema Martínez, profesora en la Universidad Miguel Hernández y miembro de la Cátedra Bidons Egara de Retinosis Pigmentaria y del grupo de investigación del doctor Eduardo Fernández, explicó un innovador proyecto europeo en el que trabajan con implantes cerebrales para inducir percepciones visuales en personas completamente ciegas, incluso en quienes carecen de globos oculares. A través de estos implantes, los pacientes pueden percibir pequeñas señales lumínicas que, al juntarse, forman patrones, letras e incluso imágenes con distintos contrastes y colores.La investigadora detalló que, aunque estos implantes aún no permiten una visión completa y autónoma en la vida cotidiana, los experimentos en entornos de realidad virtual han sido prometedores. “Los pacientes logran desenvolverse en ambientes simulados. En un laboratorio adaptado que simula una ciudad, los participantes practican tareas diarias como cocinar, lo cual está monitorizado para estudiar cómo estos estímulos visuales impactan en sus movimientos y patrones de comportamien-

to. Comparando estos implantes con los cocleares, que ya son una realidad en el ámbito auditivo, la doctora mencionó que, en el futuro, esta tecnología podría ofrecer a las personas ciegas una nueva forma de percibir el entorno, sobre todo, para quienes no tienen opciones con otras terapias como las génicas. "Podrían ser una esperanza realista de ver sin ojos algún día", concluyó..

Optimismo generalizado

Por último, el doctor José María Millán, investigador del Instituto de Investigación Sanitaria La Fe de Valencia, con más de 30 años de experiencia en el campo de la investigación en distrofias de retina, destacó que existe un optimismo generalizado entre los investigadores debido a los avances en terapias génicas, algunas de las cuales ya han sido aprobadas, y otras que podrían estar disponibles pronto. "Aunque hay optimismo, no se debe caer en un exceso de confianza, ya que el camino recorrido hasta ahora ha sido largo. Los investigadores y pacientes hemos trabajado juntos en este proceso y el papel de los pacientes sigue siendo crucial, especialmente, en la participación en estudios genéticos y ensayos clínicos. Estos ensayos son fundamentales para que las

Congreso Retina Murcia

terapias se aprueben por las autoridades correspondientes y, finalmente, se comercialicen, llevando los frutos de años de investigación a los pacientes", concluyó.

Más de una veintena de expertos entre investoigadores, profesionales de la salud y especialistas de distintos ámitos participaron en esta nueva edición de esta cita de relevancia que es nuestro Congreso Retina Murcia.

Apoyos y reconociento

El Gobierno regional, el Ayuntamiento de Murcia, la Universidad de Murcia, la Federación Española de Enfermedades Raras (FEDER), FARPE y Fundaluce y los colegios de Ópticos y Farmacéuticos de la Región, entre otros organismos, apoyan el Congreso, celebrado en la facultad de Trabajo Social de la UMU, gracias a la colaboración de Jonhson&Johnson, Bayer, Roche y Caser.

Respaldo a los retos y objetivos de FEDER

▶Nuestra asociación Retina Murcia asistió el pasado miércoles 11 de diciembre al encuentro con el movimiento asociativo que la Federación Española de Enfermedades Raras organizó en Murcia, que tuvo lugar en la Consejería de Salud. Esta reunión, caracterizada por un ambiente de cercanía y participación activa, reunió a representantes de las entidades murcianas para reflexionar sobre los retos y necesidades de nuestro colectivo.

Gala por las enfermedades raras

▶Retina Murcia junto, D'Genes y ANSEDH celebrarán una gala benéfica por las enfermedades raras el próximo 28 de febrero a las 19.00 horas en el centro cultural Ramón Alonso Luzzy de Cartagena.

¿Por qué lloramos cuando estamos tristes?

¿Por qué empezamos a echar lágrimas como locos cuando nos ponemos a llorar? ¿Qué sentido biológico tiene esto?

Dos pequeñas glándulas, las glándulas lagrimales, se encargan de lubricar nuestros ojos. Mantienen la superficie del ojo húmeda, evitando que se reseque y protegiéndolo de irritaciones. Además, sirven para eliminar desechos y protegernos de bacterias y polvo. Pero, si esa es su función biológica ¿por qué empezamos a echar lágrimas como locos cuando nos ponemos a llorar? ¿Qué sentido biológico

LA REVISIÓN DE PABLO PALAZÓN

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

Ojo con la CIENCIA
@Ojoconlaciencia

tiene esto?

La respuesta es compleja. Si centramos el sentido biológico simplemente en las funciones que hemos mencionado antes, no serviría para nada, pero estaríamos contando sólo una parte de la historia.

Hay un tipo de lágrimas llamadas 'lágrimas emocionales', y más allá de esa función biológica, nos sirven para comunicar emociones y, curiosamente, para provocar respuestas específicas en el resto de las personas. Es decir, no sólo a veces te viene bien llorar para sacar esa rabia o dolor que puedes llevar dentro, sino que ayuda a las personas que están contigo a entenderte de una forma algo diferente. Tanto es así, que si alguien llora sin derramar lágrimas nos parece que simplemente está fingiendo. Esto ocurre, por ejemplo, con los bebés ¿Nos estarán manipulando o se nos escapa algo?

Pues sí, hay unas pequeñas personas que lloran sin derramar lágrimas, no porque finjan, sino porque no pueden por motivos fisiológicos. Los recién nacidos no tienen los conductos lagrimales completamente maduros, este proceso de empezar a llorar tarda unas pocas mientras estos conductos siguen su curso natural de maduración.

Al pasar las semanas, el bebé comenzará a llorar con lágrimas incluidas al tener los conductos lagrimales ya maduros, y ahí el reto empezará a ser conseguir que deje de llorar.

MACAVISIÓN

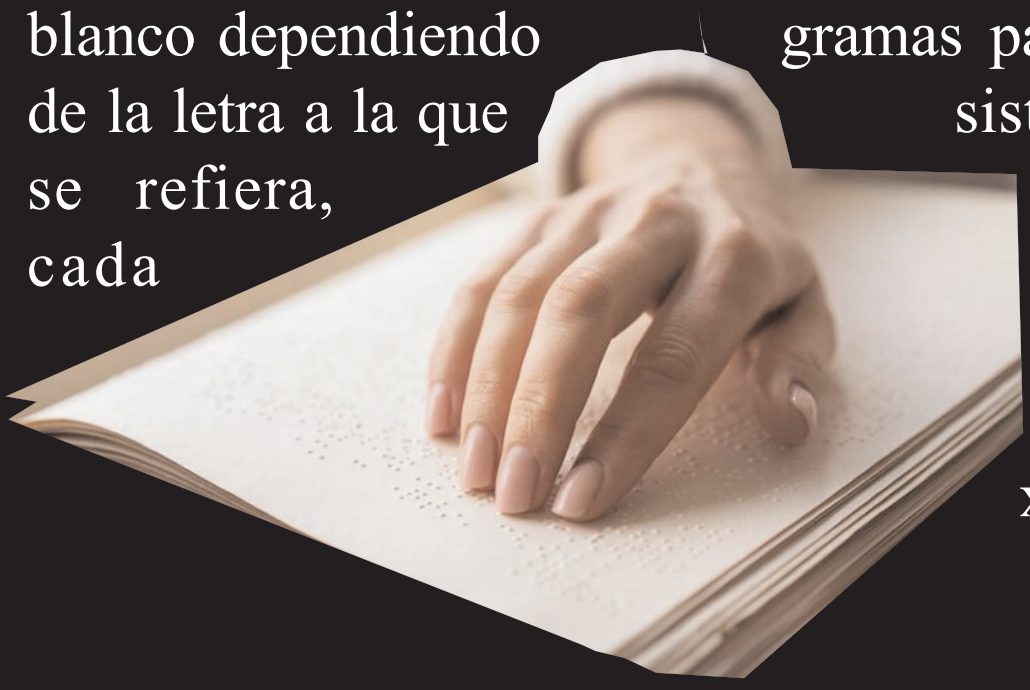
Braille

Todos sabemos qué es el braille. ¿O no? Es un mecanismo de escritura a base a puntos de relieve sobre una superficie lisa basado en el tacto. Fue a mediados del siglo XIX cuando Louise Braille, invidente desde los tres años a causa de un accidente, lo creó.

Son seis puntos sobre tres filas y dos columnas, hay puntos y espacios en blanco dependiendo de la letra a la que se refiera, cada idioma tendrá sus propios signos. Hay números, notas musicales y su propia taquigrafía.

Los números van referidos como las primeras letras del abecedario, la A es el 1, la B es el 2 y así hasta llegar al cero. Es un sistema de numeración binario que surgió mucho antes del código binario que permitió el surgimiento de la informática.

Actualmente, existen programas para traducirlo y sistemas digitales sonoros de reconocimiento de texto.



¡Hasta el próximo número!

Fuerza y corazón en Murcia

▶La jornada del voluntariado 'La Fuerza del corazón' y la reunión de la mesa por la discapacidad del Ayuntamiento de Murcia son algunas de las muchas actividades en las que hemos estado presentes en la capital regional.

Consejo de Salud en Molina

▶Nuestra asociacón está cada vez más presente en Molina de Segura. El último trimestre participamos en el consejo de Salud municipal, las jornadas por el Día Internacional de la Discapacidad y en la entrega de premios.

Marcha inclusiva en Cartagena

▶La marcha por la inclusión organizada por el Ayuntamiento de Cartagena el Día Internacional de las Personas con Discapacidad contó con la presencia de una representación de socios y amigos de nuestra asopciación.

La mirada de Carmen

Navidad visual

La Navidad es una época llena de luces, colores y adornos que invaden nuestras calles. Sin embargo, para mí, esta festividad no se percibe solo con la vista. La Navidad llega a través del olfato, del gusto y del oído. Las calles resuenan con risas, voces y los gritos de los niños emocionados por los escaparates y sus listas a los Reyes Magos. Los villancicos llenan el aire, mientras grupos de amigos y familias se reencuentran tras las comidas navideñas.

Mi olfato se llena del aroma de las castañas asadas, una tradición que marca la llegada del invierno y la Navidad. Y mi paladar disfruta de un cucurucho de castañas y, al final del paseo, un gofre de chocolate.

Para mí, la Navidad se vive con todos los sentidos, por lo que es importante disfrutarla de manera única.

¡Feliz Navidad a todos!

TURISMO ACCESIBLE

Tras los pasos de Rosa

Auto de los Reyes Magos de Aledo

El Auto de los Reyes Magos de Aledo data de 1784, tiene lugar en la mañana del 6 de Enero, su escenario son las calles y plazas de Aledo, con su entramado urbano y Castillo Medieval. Los personajes son interpretados por aledanos acompañados por la Cuadrilla de Aledo la cual toca las marchas de Pascua. La tradicional representación concluye en La Iglesia de Santa Maria la Real donde tiene lugar la Adoración de los Reyes Magos ante el Niño Jesús y la entrega de presentes: oro, incienso y mirra. El Ayuntamiento de Aledo ofrece a propios y extraños la degustación de migas, buen vino tinto de la tierra y mantellina, servidos en bota.

El baile de pujas

Ya sobre las 16.30 horas, en el lugar conocido como 'El Rancho', se celebra el afamado 'Baile de Pujas', un acto singular que se celebra solo este día. Los asistentes pujan con el fin de que bailen los mismos pujadores o sus familiares, amigos....el baile suele prolongarse hasta bien entrada la noche. Este baile es uno de los espectáculos tradicionales mas singulares de nuestra región.

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'.

Tarta de la abuela

Ingredientes

•PARA UN MOLDE REDONDO DE 35 CM DE DIÁMETRO LOS INGREDIENTES SON LOS SIGUIENTES •DOS PAQUETES DE GALLETAS REDONDAS, TIPO MARIA •LITRO Y MEDIO DE LECHE ENTERA •UN SOBRE DE NATILLAS PARA •CHOCOLATE EN POLVO A LA TAZA •CANELA EN POLVO •BRANDY O CUALQUIER OTRA BEBIDA PARA AROMATIZAR LA LECHE •CINCO CUCHARADAS SOPERAS DE AZÚCAR.

Elaboración de las natillas

•UTILIZO COMO MEDIDA UN VASO DE AGUA. •PONEMOS A CALENTAR

EN UN CAZO A FUEGO MEDIO UN VASO Y MEDIO DE LECHE •DISUELVO EL CONTENIDO DEL SOBRE DE LA NATILLAS EN MEDIO VASO DE LECHE Y MEXCLO BIEN. •CUANDO YA ESTÉ DESHECHO, LE AÑADO 4 O 5 CUCHARADAS DE AZÚCAR Y UNA PIZCA DE CANELA MOLIDA MOVIÉNDOLO TODO HASTA QUE QUEDE BIEN MEZCLADO •CUANDO NO TE QUE LA LECHE DEL CAZO SE CALIENTA, LE AÑADO EL CONTENIDO DEL VASO Y MUEVO CON UNA PALA DE MADERA HASTA QUE EMPIECE A ESPESAR. SIGO TENIENDO EL FUEGO A MEDIAS PARA QUE NO SE QUEME Y CONTINUÓ MOVIÉNDOLO SIN DESCANSO POR LA MISMA RAZÓN •LO MANTENGO EN EL FUEGO, UN MINUTO O DOS MÁXIMO Y LO RETIRO.

Elaboración de la tarta

•MEZCLAMOS VASO Y MEDIO DE LECHE, UNA PIZCA DE CANELA MOLIDA Y UN CHORRITO DE BRANDY •MOJAMOS LAS GALLETAS EN LA LECHE PARA QUE SE EMPAPEN •RÁPIDAMENTE, LAS PONEMOS EN LA BASE DE UNA FUENTE DONDE VAYAMOS A PREPARAR LA TARTA. •CUBRIMOS TODA LA BASE CON LAS GALLETAS Y ENCIMA CUBRIMOS ESTAS CON UNA CAPA DE NATILLAS •PONEMOS OTRA CAPA DE GALLETAS Y AÑADIMOS UNA CAPA DE CHOCOLATE •ASÍ UNA CAPA TRAS OTRAS •METEMOS EN EL FRIGORÍFICO DURANTE 24 HORAS PORQUE QUEDA ESTA TARTA MUCHO MEJOR SI LA PREPARAMOS DE UN DÍA PARA OTRO.

Decoración

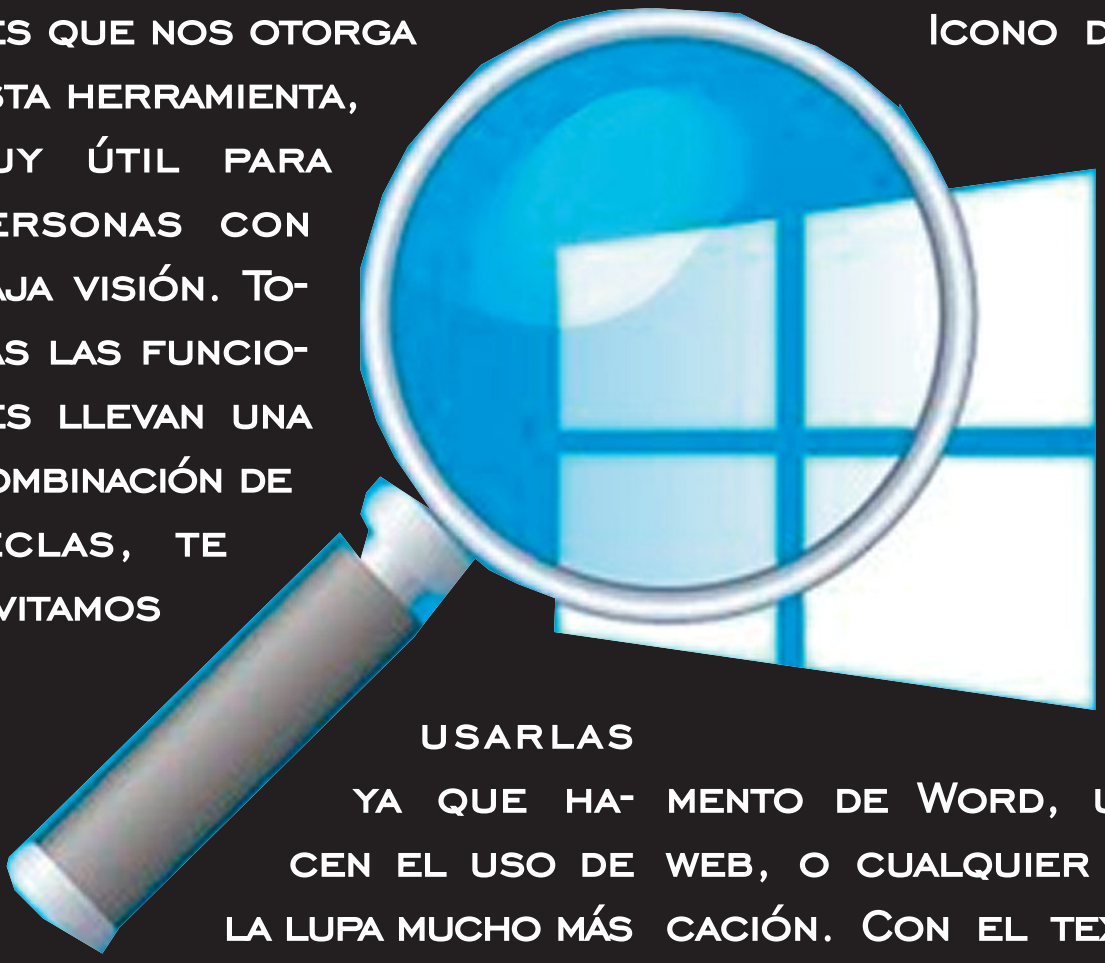
•EMPLEA TU IMAGINACIÓN. UTILIZAREMOS COCO RALLADO, O ALMENDRA PICADA O GOLOSINAS PARA UNA TARTA INFANTIL, O DEJARLA CON EL CHOCOLATE.

ALFABETIZACIÓN DIGITAL

Tecnología a tu alcance.

La lupa de Windows (2)

Este segundo capítulo sobte la lupa de windows completa el tutorial detallando el resto de las funcionalidades que nos otorga esta herramienta, muy útil para personas con baja visión. Todas las funciones llevan una combinación de teclas, te invitamos a usarlas ya que hacen el uso de la lupa mucho más ágil.



Lector de texto seleccionado

Icono de símbolo de Play. Lee el texto que esté seleccionado en la pantalla, puede ser de un documento de Word, una página web, o cualquier otra aplicación. Con el texto seleccionado usa la combinación

JUAN LAUREANO Y MARTÍN

Ctrl + Alt + Enter.

Leer con un clic

Icono de ratón con un pequeño altavoz. Tras presionar este botón, al hacer clic en una palabra o frase en la pantalla, esta se leerá. Una la combinación de teclas Ctrl + Alt + Clic del ratón

Inversión de colores

Permite hacer una inversión de los colores de la pantalla, convierte el color blanco en negro y viceversa, útil para fondos blancos que pueden deslumbrar en un momento dado. Se activa con la combinación Ctrl + Alt + I.

Ajustes

En el símbolo de la tuerca podrás cambiar la voz del lector, hay varias para elegir junto con la velocidad de lectura. Además, hay un acceso a los ajustes completos donde puedes cambiar multitud de cosas, por ejemplo, si quieres un zoom en pantalla completa o no, si quieres que el foco del zoom te siga o no, las combinaciones de teclas, etc.

Te invitamos a probar y buscar los ajustes más cómodos para ti.

RETINA MURCIA 2.0

DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA

MIRA POR TI

Región de Murcia
Consejería de Salud

Servicio Murciano de Salud

Ayuntamiento de Molina de Segura

Ayuntamiento de Cartagena

Ayuntamiento de Murcia