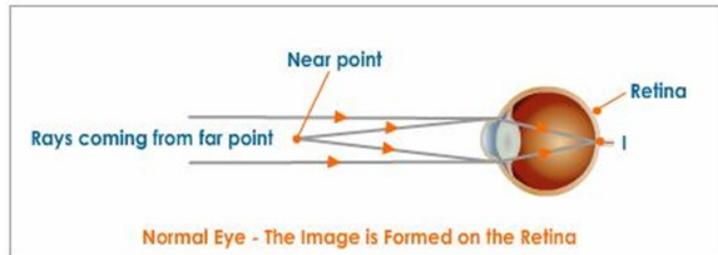
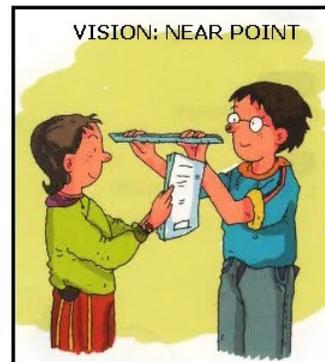


¿Sabes cuál es tu punto cercano? Tu punto cercano es el punto más cercano a tus ojos donde puedes enfocar sin forzar la vista. En un ojo normal, esta distancia es de 25 cm.



¿Su punto de visión cercano es el mismo hoy que dentro de 10 años? ¿Dentro de 20 años? Probablemente la respuesta sea no. El cristalino de nuestros ojos tiene flexibilidad, lo que permite que nuestros ojos cambien el enfoque de objetos lejanos a objetos cercanos. A medida que envejecemos, el cristalino se vuelve menos flexible y nuestro punto de visión cercano se aleja.

¿Sabes dónde está tu punto cercano? Es fácil de encontrar. Solo necesitas tu dedo (y un amigo y una regla, si quieres saber la distancia exacta). Mantén el dedo frente a la nariz con ambos ojos abiertos. Míralo y aléjalo de la cara. Cuando el dedo esté enfocado, sin forzar la vista, Ojos, este es tu punto más cercano. Pídele a tu amigo que mida la distancia desde tu frente hasta tu dedo con una regla.



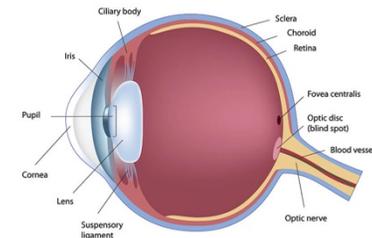
¿Has notado que al entrar a una habitación oscura desde una habitación iluminada, tus ojos tardan un poco en adaptarse a la oscuridad? Esto se debe a que tus pupilas, o la parte central negra de tu ojo, se dilatan. Las pupilas dilatadas se agrandan para dejar entrar más luz. Tus pupilas ajustan regularmente su tamaño entre grandes y pequeñas para compensar la cantidad de luz que te rodea.

Puedes observar cómo se dilatan tus ojos con un espejo y una linterna. Busca una habitación con poca luz para ver claramente el reflejo de tus ojos en un espejo. Ilumina uno de tus ojos con una linterna, de lado, y observa cómo se reduce tu pupila. Apaga la linterna.

¿Cuánto tarda tu pupila en dilatarse al mismo tamaño que la del otro ojo?



El fenómeno entópico de campo azul es una forma elegante de decir que puedes ver brillantes garabatos blancos en tus ojos cuando miras fijamente el cielo azul. Esos garabatos son en realidad tus glóbulos blancos moviéndose dentro de tu ojo frente a tu retina.



¡Sal, mira el cielo (pero no el sol!!!) y pruébalo!