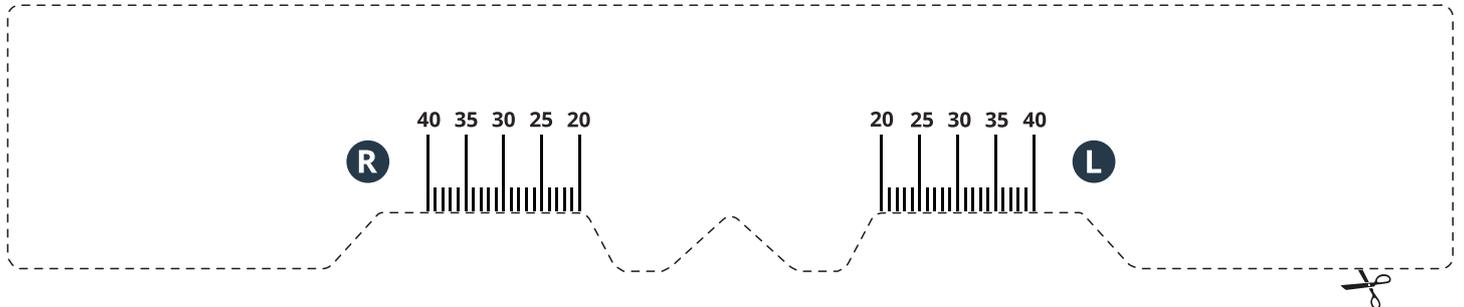


## Herramienta para medir PD = Distancia pupilar

(PD = Pupillary distance = Distancia pupilar)



### ¿Cómo puedes medir tu PD - distancia pupilar?

1. Imprime toda la página a tamaño real.
2. Utilice una regla real para comprobar si hay distorsión con la herramienta de medición (¡1 cm debe ser 1 cm!).
3. Suprime la herramienta de medición.
4. Ahora, procede con la medición de la PD de la siguiente manera:
  - Coloque la herramienta de medición en el puente de la nariz, como si usara gafas de verdad.
  - Si realiza la medición usted mismo, párese frente al espejo. Mire en línea recta y marque la posición de cada uno de sus pupilas, mídalo desde el puente de la nariz.
  - La medición es más fácil si alguien le ayuda. En este caso, si sostiene la herramienta de medición estable y en su lugar, mientras que otra persona simplemente marca las distancias de la pupila del ojo derecho (R) y del ojo izquierdo (L).
  - Ahora puede seleccionar los valores PD obtenidos , junto con las dioptrías prescritas, en [www.alensa.es](http://www.alensa.es)

