

## Betaurreko fashion horiek ala lentilla diskretuak?

### Aurkezpena

Sekuentzia honetan ariketa hauek egingo dituzu:

- Bideo bat ikusi eta galderi erantzun.
- Elkarrizketa irakurri eta esaten direnak egia ala gezurra diren asmatu.
- Kaleko inkesta bat entzun eta esaldi batzuk nork esan dituen identifikatu.



### Ikusi bideoa



[Ikusi bideoa eta erantzun galderi.](#)

#### Kanpo bisuala hobea da ...

- lentillekin.
- segun eta.
- betaurrekoekin.

#### Zein dira erosoenak?

- Lentillak.
- Segun eta.
- Betaurrekoak.

#### Zenbat lentilla-mota daude?

- Hiru.
- Asko.
- Bost.

### Irakurri testua

[Irakurri testua eta erantzun galderi.](#)

#### Koloretako lentillak...

- nahiko natural gelditzen dira.
- Goiuriri gustatzen zaizkio.
- oso kaltegarriak dira.

#### Hauetako zein da egia?

- Donostian pastadun betaurrekoak gustatzen zaizkie.
- "Retro" itxurakoak modan daude.
- Terziopelozkoak oso diskretuak dira.



Goiuri Oianeder, Donostiako Ikusimakusiko optikako okulista.

Ikusmen-arazoak ditugunean, okulistarengana edo optikara jotzen dugu. Bertan, neurketa-lanak egin ondoren, gure ikusmenari lagunduko dioten antiojuak edo betaurrekoak, edota lentillak eskaintzen dizkigute. Gaur egun, era guztietako betaurrekoak eta lentillak daude forma, kolore eta tamaina aldetik. Ikusmen-arazorik gabe ere kristalik gabeko betaurrekoak edo koloretako lentillak ere erabiltzeko aukera dugu.

Goiuri Oianeder mutrikuarra da, baina duela 10 urte Donostian Ikusimakusi optika zabaldu zuen. Orduz geroztik, begien neurketak egiten eta betaurreko zein lentilla salmentan jarduten du. Beregana jo dugu.

### **Betaurrekoak ala lentillak? Zer nahiago dugu?**

Gehienentzat lentillak betaurrekoak baino erosoagoak dira. Betaurrekoetako kristalek batzuetan distortsioak sortzen dituzte, distirek traba egiten dute eta hotz-bero kontrastearekin kristala lurrundu egiten da. Lentillekin, aldiz, 180 graduko ikusmena lortzen dugu, edozein eguzkitako betaurreko jantzi dezakegu eta kirola ere praktikatzeko modua dugu. Umeentzat ere oso egokiak dira da burlarik ez jasateko, betaurrekoak ez puskatzeko edo kirola egiteko.

Prezioari begira, betaurrekoek hasieran lentillek baino gastu handiagoa dute, baina, gerora, lentillekin bikoitza gastatu behar izaten da. Graduazioa aldatzen ez bazaigu, betaurreko-pare batek urte asko irauten du. Lentillen kasuan, hiru formatu daude: egunekoak, hilabetekoak edo urtekoak. Etengabe aldatzen joan beharra dago.

Lentillak eta betaurrekoak tartekatzea onuragarria da: Etxera iristen garenean zapatak kendu eta zapatilak jartzen ditugun bezala, lentillekin ere gauza bera egin behar da. Etxera iritsi, lentillak kendu eta betaurrekoak jantzi. Horrela, begiari atsedena emango diogu eta begiak arnas gehiago hartuko du. Lentillak 8 ordu baino gehiago erabiltzea kaltegarria da.



Klase guztietako betaurrekoak daude: forma biribilekoak edo laukiagoak, kolorerik gabekoak edo marrazkidunak, serioagoak edo ausartagoak... Bezeroak modan dauden edo ez kontuan hartzen duen arren, eroso eta gustura dituen betaurrekoak erosten ditu. Arropa munduan bezala, ongi ikusi behar dugu geure burua betaurrekoekin.

### **Moda-modan dauden betaurrekoak eta lentillak**

Garai batean pasta gutxikoak eta armazoirik gabekoak egon ziren modan, baina orain armazoi handiko pastadun betaurrekoak oso modan daude. Azken urteotan, osagarri moduan ere erabiltzen dira betaurrekoak, eta, horregatik, jende asko graduatu gabeko kristal gardeneko betaurrekoak ere erabiltzen hasi da.

Lentilletan ere badago zer aukeratu. Azken aldian koloretako lentillak oso modan jarri dira. Horiekin, gure begiaren kolorea alda dezakegu. Begi marroiak, berdeak, urdinak edota horiak izan ditzakegu, baina niri ez zaizkit gehiegi gustatzen. Begien aurrean, begien kolorea aldatzeko helburuarekin, begiari arnas hartzen uzten ez dion elementua jartzea... Ez naiz horren aldekoa.

### **Kontuz ibili eguzkitako betaurrekoekin!**

Eguzkitako betaurrekoekin ere tentuz ibili behar da. Orain edonon saltzen dituzte eguzkitako betaurrekoak, arropa denda handietan, Interneten..., baina homologatu gabeak izaten dira. Oso garrantzitsua da eguzkitako betaurrekoak homologatuak izatea. Izan ere, homologatugabeek kalte handia eragiten diete begiei.

Begiak eguzkitako izpi ultramoreak babesteko begi-ninia txikitu egiten du. Eguzkitako betaurrekoekin, iluntasuna ematen dutenez, begi-niniak ez dira txikitzen. Eguzkitako betaurreko homologatuek ultramoreak blokeatzen dituzte. Homologatugabeek, berriz, ez. Beraz, homologatu gabeko betaurreko horiek kalte handia eragiten diete begiei. Hobe da eguzkitako betaurrekorik ez erabiltzea, homologatu gabeko betaurrekoak eramatea baino.



Modak eta ez modak, kontua da azkeneko urteetan gero eta jende gehiagok erabili behar dituela betaurrekoak edo lentillak. Denbora luzean egoten gara gertura begira, ikasten edo ordenagailuan lanean, eta begiak hurbilera begiratzen ohitzen direnez, alfertu egiten dira. Gerora ere, urteak betetzen goazen heinean, gertuan ikusteko zailtasuna areagotu egiten da. Beraz, orain ez bada, aurrerago betaurrekoen edo lentillen beharra izango dugu. Eta zuk, betaurrekoak edo lentillak aukeratuko dituzu

Eguzkitako betaurreko homologatu gabeak oso kaltegarriak dira gure begientzat.

**Ikusmen arazoak ditugunean, okulistarengana joaten gara.**

- Egia
- Gezurra

**Prezioari dagokionez, lentillak luzera garestiagoak dira.**

- Egia
- Gezurra

**Bezeroek betaurrekoak erosterakoan, beti modan dagoena erosten dute.**

- Egia
- Gezurra

**Betaurrekoak modako beste elementu bat izatera heldu dira.**

- Egia
- Gezurra

**Goiuri ez dago koloretako lentillen alde.**

- Egia
- Gezurra

**Eguzkitako betaurrekoak homologatuak izateak ez du axola.**

- Egia
- Gezurra

**Hobe da homologatu gabeko eguzkitako betaurrekoak erabiltzea, betaurrekorik gabe ibiltzea baino.**

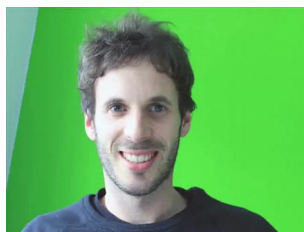
- Egia
- Gezurra

Nork esan du?

Entzun elkarrizketa hauek eta esan beheko adierazpen bakoitza nork egin duen.



Duli Lopez



Lander Irazusta



Naiara Zendoia

	Duli	Lander	Naiara
Betaurrekoak nahiago ditu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Betaurreko koloretsuak gustatzen zaizkio.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bakarrik mozorrotzeko erabiliko lituzke koloretako lentillak.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ez dauka maniarik betaurrekoak aukeratzeko.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gustatuko litzaioke koloretako lentillak erabiltzea.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ez du inoiz jantziko koloretako lentillarik.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Betaurreko arinak gustatzen zaizkio.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Zuzenketa-orria

### Ikusi bideoa

Kanpo bisuala hobea da ...

✓ lentillekin.

Zein dira erosoenak?

✓ Lentillak.

Zenbat lentilla-mota daude?

✓ Hiru.

Koloretako lentillak...

✓ nahiko natural gelditzen dira.

Hauetako zein da egia?

✓ "Retro" itxurakoak modan daude.

### Irakurri testua

Ikusmen arazoak ditugunean, okulistarengana joaten gara.

Gezurra

Prezioari dagokionez, lentillak luzera garestiagoak dira.

Egia

Bezeroek betaurrekoak erosterakoan, beti modan dagoena erosten dute.

Gezurra

Betaurrekoak modako beste elementu bat izatera heldu dira.

Egia

Goiuri ez dago koloretako lentillen alde.

Egia

Eguzkitako betaurrekoak homologatuak izateak ez du axola.

Gezurra

Hobe da homologatu gabeko eguzkitako betaurrekoak erabiltzea, betaurrekorik gabe ibiltzea baino.

Gezurra

### Nork esan du?

	Duli	Lander	Naiara
Betaurrekoak nahiago ditu.	✗	✓	✗
Betaurreko koloretsuak gustatzen zaizkio.	✗	✗	✓
Bakarrik mozorrotzeko erabiliko lituzke koloretako lentillak.	✗	✗	✓
Ez dauka maniarik betaurrekoak aukeratzeko.	✗	✓	✗
Gustatuko litzaioke koloretako lentillak erabiltzea.	✓	✗	✗
Ez du inoiz jantziko koloretako lentillarik.	✗	✓	✗
Betaurreko arinak gustatzen zaizkio.	✓	✗	✗

## Transkripzioak

### Ikusi bideoa

GOIURI OIANEDER: Bueno, batez ere, lentillaren abantaila izango zen kanpo bisuala, bale? Azkenean betaurreko batek, bueno, jarri egingo dut horrela diferentzia nabaritzeko, betaurreko baten muga hemen daukagu, hemendikan kanpo gertatzen dena ez dugu ikusten, eta azkenean gure ikusmena mugatua dago moturaren neurria.

En cambio lentilla bat jartzen baldin badugu, ez daukagu mugarik. Ehun eta berrogei gradu ikusten ditugu, eta ez daukagu ez gora ez behera inongo pegarik. Orduan, erosoagoa? Dudarik gabe.

Zer lentilla mota dauden? Eguneakoak, hilabetekoak eta urtebetekoak esan genezake. Orduan eguneakoak, izaten da goizean jarri eta gauean edo dena delakoa kendu eta zakarretara bota. Hilabetekoak: hilabeteko lehenengo egunean jartzen baduzu, hurrengo hilabeteko lehenengo egunean bota egiten dituzu. Hori bai, hilabetekoak beti ere lan gehiago ematen du gauean, potetxo batean sartu behar dituzu, likidoa bota eta listo. Ez dauka beste zerarikan. Hau izango zen sei hilabetetarako lentillak; hau hogeita hamarrerako, hogeita hamar egunetarako eta hau laurogeita hamar egunetarako. Osea que bueno, ez dutela gehiegi okupatzen ezta ere. Badaude beste formatu batzuk gutxiago okupatzen dutenak, baina, bueno, generalean hauek izaten dira gehien erabiltzen ditugun lentillak.

Eta gero hauek izango ziren ba bueno, koloretako lentillak. Badago jendea gustukoak dituenak, eta, bueno, honek egiten duena da azkenean dira lentilla batzuk pintatuak d(ih)ozenak, jartzen duzu eta, bueno, gure begiaren tonuarekin eta beste... pintatua dagoen tonuarekin ba bueno egiten dutena da nahiko begi naturala. Baina, bueno, ni ez naiz oso zalea.

Azkenean lentillen kontua da gomendatzen direla zortzi ordu erabiltzea gehienez. Lentilla begiaren aurrean d(ih)oa, begiak lentillarik ez baldin badauka aurrean, oxigenoa hartzen du airetik(an) eta hemen dauden kapilari batzuetatik(an). Zuk lentillari, ui, begiari lentilla bat jartzen badiozu, hemengo oxigeno kantitatea murriztu egiten da, bale? Orduan, gehiegi erabiltzen baldin baditugu eta, bueno, lentilla ez baldin bada egokia, egiten direna da hemengo kapilari hauek luzatzen joaten dira begiari oxigeno gehiago eramateko. Orduan ba, bueno, zortzi ordu gehienez.

Ba bueno, gaur egun modan dauden betaurrekoak izango ziren ba hori, pastadun betaurreko markatuak, ba bueno, “retro” deitzen zaienak. Ez dakit oso itxuroso nagoen, baina... Izango ziren gutxi gorabehera estilo honetan. Hauek Italian fabrikatutako lente batzuk dira, ui, betaurreko batzuk dira, bale? Gero hau, mutiletan ere betaurreko pixka bat markatuagoa, modernoagoa... Ez dakit hemen Donostian oso zaleak garen betaurreko hauetara baina bueno, zaletu beharko gara. Eta gero garai batean eramaten ziren betaurrekoak dira hauek, “al aire” deitzen direnak, daukatenak bi barilla eta “puentea” deitzen zaiona eta bueno, diskretoak dira.

Eta gero ba orain oso modan daude ba bueno, tertziopeloko betaurrekoak lente ispiludunekin, ba bueno. Ez dira oso sufrituak tertziopelozkoak baina, bueno, modan daude. Gero abiadoreko betaurrekoak, garai batekoa, orain ere ispiludunak atera dituzte. Ba bueno, gustutarako daude gauzak. Eta gero ba, bueno, betaurreko handia, markatua... Estilo honetan zerbait, osea que udara honetarako hau da datorrena.

## Nork esan du?

### 1.IRITZIA: DULI LOPEZ

ESATARIA: Zein nahiago dituzu betaurrekoak ala lentillak? Zergatik?

DULI LOPEZ: Lentillak, erosoagoak direlako. Betaurrekoak zikinak dira, eta lentillak ez dira nabaritzen.

ESATARIA: Nolako betaurrekoak gustatzen zaizkizu? Zergatik?

DULI LOPEZ: Handiak eta pisu gutxi daukatenak, bestela molestutzen didate.

ESATARIA: Koloretako lentillak noizbait erabili dituzu edo erabiliko zenituzke?

DULI LOPEZ: Ez dut inoiz erabili baina gustatuko litzaidake.

### 2.IRITZIA: LANDER IRAZUSTA

ESATARIA: Zein nahiago dituzu betaurrekoak ala lentillak? Zergatik?

LANDER IRAZUSTA: Ba betaurrekoak. Behin joan nintzelako okulistara lentillak jartzera eta bueno, ez zidan asmatzen lentillekin eta azkenean mareatu nintzen eta esperientzia txarra daukat. Beraz, betaurrekoak.

ESATARIA: Nolako betaurrekoak gustatzen zaizkizu? Zergatik?

LANDER IRAZUSTA: Bueno, finak eduki ditut, pastadunak ere bai, eta ez daukat, berez, horrela preferentzia handirik.

ESATARIA: Koloretako lentillak noizbait erabili dituzu edo erabiliko zenituzke?

LANDER IRAZUSTA: Ez ditut erabili eta bueno, lehen esan bezala, eduki nuen esperientziagatik ez dut uste erabiliko ditudanik. Dena den azkenean bakoitzak bere begietako koloreak dauzka, eta ez zait iruditzen aldatzen ibili behar dugunik.

### 3.IRITZIA: NAIARA ZENDOIA

ESATARIA: Zein nahiago dituzu betaurrekoak ala lentillak? Zergatik?

NAIARA ZENDOIA: Lentillak, ba lentillak ez direlako nabaritzen eta erosoagoak iruditzen zaizkidalako betaurrekoak baino. Eta betaurrekoak zikindu egiten dira, galdu egiten dituzu eta, bueno, erosoagoak dira lentillak.

ESATARIA: Nolako betaurrekoak gustatzen zaizkizu? Zergatik?

NAIARA ZENDOIA: Pastadunak eta kolore pixka batekin. Politagoak direlako eta modernoagoak. \_\_\_\_\_