



## Simple herramienta para calcular la distancia interpupilar.

### Ahí van la explicación de cómo funciona:

1. Imprime la regla para calcular la distancia interpupilar.  
Te recomendamos que utilices un papel ligeramente grueso para que la regla sea más estable.
2. Comprueba con otra regla que la distancia entre los números es efectivamente de 5mm (hay impresoras que podrían no repasar la escala)
3. Recorta la regla para calcular la distancia interpupilar tal como se indica en la imagen y dóblala por el medio.
4. Hecho esto, ya estarás listo/a para medir la distancia interpupilar:
  - Pon la regla de modo que la pequeña apertura que tiene en el medio quede encima de tu nariz
  - Haz que alguien lea la distancia por ti o simplemente léela tu mismo.
  - Si decides hacerlo tu sólo, ponte delante de un espejo y anota la distancia que separa tus ojos
  - Derecha (O.D.) e izquierda (O.I.) denotan la vista que uno mismo tiene de sus ojos en el espejo.