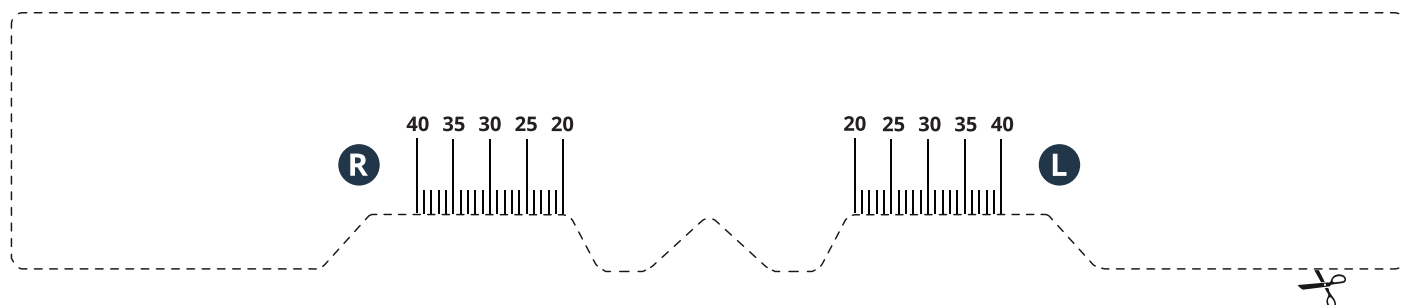


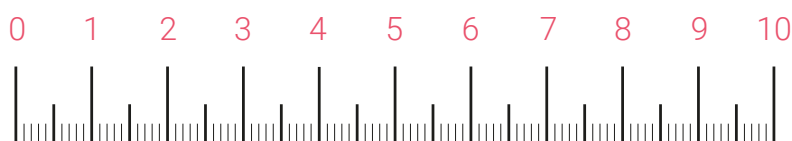
# Alensa

## ◦ Régua para medir a DP (distância pupilar)



## ◦ Como utilizar esta ferramenta para medir a sua DP (distância pupilar)

1. Imprimir esta página no tamanho real (selecionar a configuração de impressão „predefinida“ ou desactivar qualquer tipo de escala).
2. Para ter a certeza de ter imprimido esta página corretamente, verifique se 1 centímetro na régua abaixo corresponde a 1 centímetro real.



3. Recorte a régua seguindo a linha de traço.
4. Agora, prossiga com a medição da sua DP de uma das seguintes formas: Coloque a régua sobre a ponte do seu nariz como se estivesse a colocar óculos (como ilustrado no fundo desta página). Se estiver sozinho, fique em frente a um espelho a uma distância de aproximadamente meio metro. Olhe em frente, feche o olho esquerdo, e marque o centro da sua pupila direita (D) na régua impressa. Repita este processo com o seu outro olho. É mais fácil de medir com a ajuda de alguém. Neste caso, mantenha a régua no lugar enquanto olha em frente e deixe a outra pessoa marcar a posição de cada uma das suas pupilas -- o olho direito (D) e o olho esquerdo (E).
5. Pode agora introduzir as suas medições DP no formulário de encomenda em [www.alensa.pt](http://www.alensa.pt)

