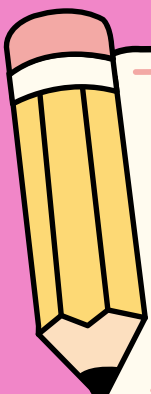
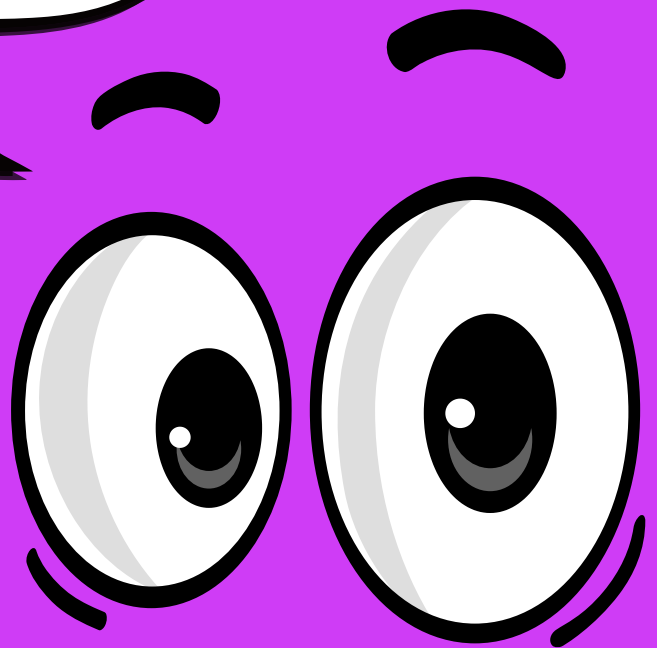


PAUSA ACTIVA VISUAL

Ejercicios breves para descansar la vista y reducir la fatiga ocular causada por el uso prolongado de pantallas o actividades visuales continuas.



[Ejercicios para ojos - Posipedia](#)

[Ejercicios para ojos \(parte 2\) - Posipedia](#)

[Ejercicios para ojos \(parte 3\) - Posipedia](#)