

# TABLA DE TUMBLING E

20/200

E

1

20/100

M E

2

20/80

E W M

3

20/63

E W E E

4

20/50

E W E E M

5

20/40

M E E W W E

6

20/32

E E W M E W E

7

20/25

W E M W E M M E

8

20/20

E M W E E M W E

9



# TABLA DE TUMBLING E

Recordamos que los resultados obtenidos de este test de Tumbling E son solo orientativos y no sustituyen en ningún caso la valoración de un especialista de la visión.

Recomendamos acudir periódicamente a la consulta oftalmológica para mantener un seguimiento de nuestra salud visual.

**Para poder realizar este test de forma correcta se deberán de seguir una serie de pasos:**

- Esta tabla ha sido elaborada para ser imprimida en una hoja de DIN4 y poder colocarla a una distancia de **2,75 metros**.
- Al imprimir el PDF tenemos que estar seguros que, la tabla en su totalidad, estará en la página impresa. Para poder verificar que la tabla ha sido impresa con el tamaño correcto, podemos medir la longitud de la primera letra E (la más grande), ésta ha de medir 4 cm de alto.
- Si se prefiere realizar el test directamente desde la pantalla, la letra mayor ha de ser igualmente de 4 cm o bien, hay que adaptar la distancia. Cálculo: (Altura de la E principal / 88,7mm)\*609,6cm  
Ejemplo: altura de la letra E es igual a 5cm (o 50mm). **(50mm/88,7mm)\*609,6= 343,6cm** o 3.44 metros.
- El lugar donde nos encontramos ha de estar lo suficientemente iluminado. Es preferible que la tabla quede colgada o colocada verticalmente apoyada en la pared a una distancia de 2,75 metros.
- Para realizar el test, nos sentaremos y la tabla quedará a la altura de nuestros ojos.
- Si utilizamos gafas o lentes de contacto, deberemos utilizarlas durante la prueba.
- Tapamos suavemente y sin presionar un ojo con la palma de nuestra mano o con una gasa, tela o parche, podemos empezar cubriendo primeramente nuestro ojo izquierdo y realizaremos la tabla completa de arriba a abajo.
- Una vez hecha la tabla con un ojo, anotaremos el número de fila que hemos podido visualizar en último lugar (número que aparece en la parte derecha de cada línea) o la fracción de Snellen (porcentaje que nos aparece al inicio de cada fila).
- Y pasaremos a tapar el otro ojo, en este caso, el ojo derecho y realizaremos el test nuevamente, anotando el resultado obtenido.

