

MEMORIA COMUNICACIÓN

COLEGIO DE ÓPTICOS - OPTOMETRISTAS DE LA REGIÓN DE
MURCIA

FEBRERO 2024-JULIO 2024



Índice general

- 01 Canales utilizados**
- 02 Notas de prensa**
- 03 Ejemplos comunicación**
- 04 Redes sociales**
- 05 Canal difusión WhatsApp**
- 06 Gaceta Óptica**

MEDIOS DE COMUNICACIÓN

Mediante el envío notas de prensa potenciamos la visibilidad del COORM a través de diferentes noticias

REDES SOCIALES Y CANAL WHATSAPP

Son el canal seleccionado para la comunicación diaria del COORM. Además, nos permite reflejar todo a través de fotos y vídeos.

CANALES

Para difundir los comunicados del COORM y las noticias relevantes hacemos uso de diferentes canales: medios de comunicación, redes sociales, newsletter, publicaciones en Gaceta Óptica, newsletter y canal de WhatsApp.

GACETA ÓPTICA

Generar contenido mensual de la actividad del COORM enfocada a un medio leído por profesionales del sector

NEWSLETTER

Apoyo para la comunicación interna y de interés del COORM

¿Qué dicen los medios de nosotros?



Ester Mainar Andreu, presidenta del Colegio de Ópticos-Optometristas.

SALUD

Los ópticos recuerdan que en verano debemos mantener nuestros ojos hidratados para que el agua, el aire y el sol no los dañen

La **Opinión** DE MURCIA

Salud

El glaucoma roba la vista a unos 13.000 murcianos que lo padecen sin saberlo

Al menos unas 34.000 personas de la Región sufren esta enfermedad 'silenciosa' que no produce ningún síntoma en su estado inicial y que puede llegar a provocar la ceguera total

Desde el **Colegio Oficial de Ópticos-Optometristas** de la Región de Murcia señalan que, aunque la tendencia es que esta enfermedad aparezca en pacientes de más de 40 años, estas cifras no dicen que los jóvenes no puedan verse afectados.

Infosalus

Ópticos advierten del riesgo de glaucoma en jóvenes miopes

[El avance del glaucoma "se puede retrasar si se detecta a tiempo" a pesar de ser "incurable"](#)

[Experto asegura que "toda la población está expuesta a sufrir glaucoma" ya que "no es solo hereditario"](#)

Desde el **Colegio Oficial de Ópticos-Optometristas** de la Región de Murcia señalan que, aunque la tendencia es que esta enfermedad aparezca en pacientes de más de 40 años, estas cifras no dicen que los jóvenes no puedan verse afectados.

A pesar de que las cifras muestran una tendencia donde el glaucoma suele aparecer a partir de los 40 años, la presidenta del Colegio Oficial de Ópticos-Optometristas, Ester Mainar, advierte de que la miopía en pacientes jóvenes presenta alteraciones que afectan al nervio óptico, aumentando el riesgo de padecer esta enfermedad.

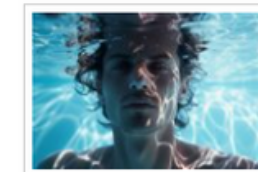
Proteger los ojos en verano: el reto para gozar de una buena salud visual

Fuente: Agencias

Las altas radiaciones solares, el cloro y bacterias que se encuentran en el agua, y el aire acondicionado, son los principales escenarios que tener en cuenta a la hora de cuidar nuestros ojos



Comentar



Unas [gafas](#) de sol homologadas pueden filtrar hasta el 100% de la radiación UV

La llegada del verano y, por tanto, de las altas temperaturas, hace que aumenten los riesgos oculares que se puedan padecer. Los ojos son uno de los órganos más afectados frente a la radiación solar, el contacto con el agua (tanto del mar como de la piscina), la arena, el calor y el aire acondicionado son algunos de los factores que pueden poner en jaque nuestra salud visual.

"La gente está principalmente concienciada con proteger su piel en la época estival, pero nos hemos encontrado que el cuidado de los ojos es todavía una asignatura pendiente" explica la Presidenta del Colegio Oficial de Ópticos-Optometristas de la Región de Murcia. "Es muy importante mencionar que en verano la radiación solar aumenta exponencialmente y no únicamente es importante protegerse en días soleados, sino también en aquellos nubosos, ya que las nubes dejan pasar el 90% de la radiación ultravioleta".



Colegio
Oficial
Ópticos-
Optometristas
Región de
Murcia

REDES SOCIALES

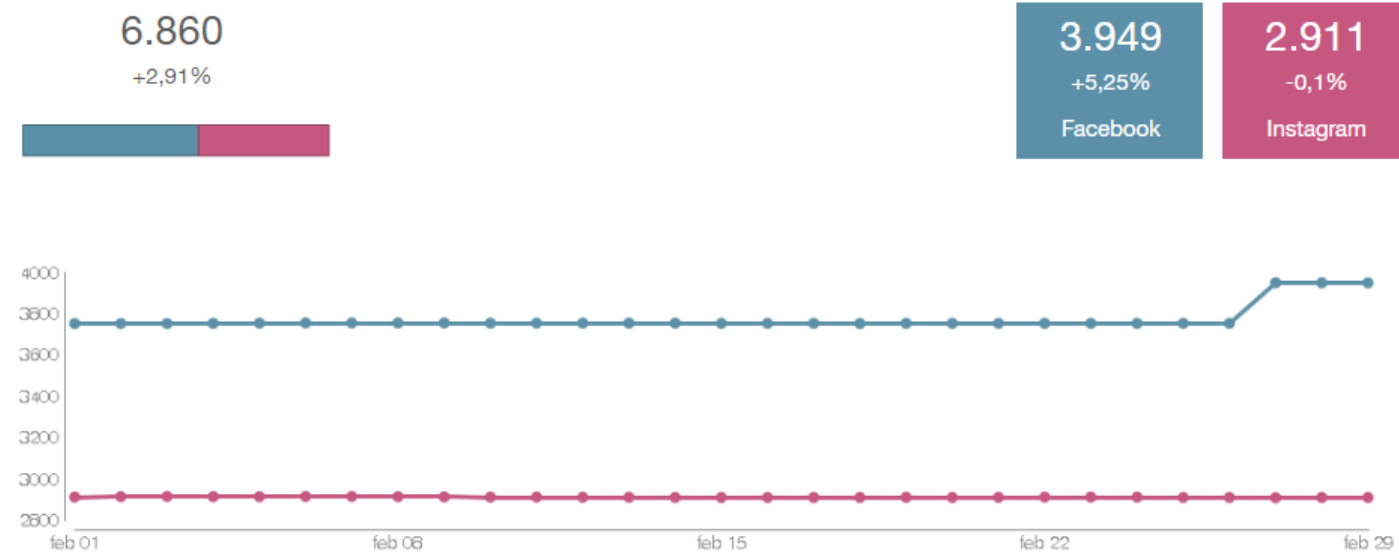
FEBRERO



FEBRERO

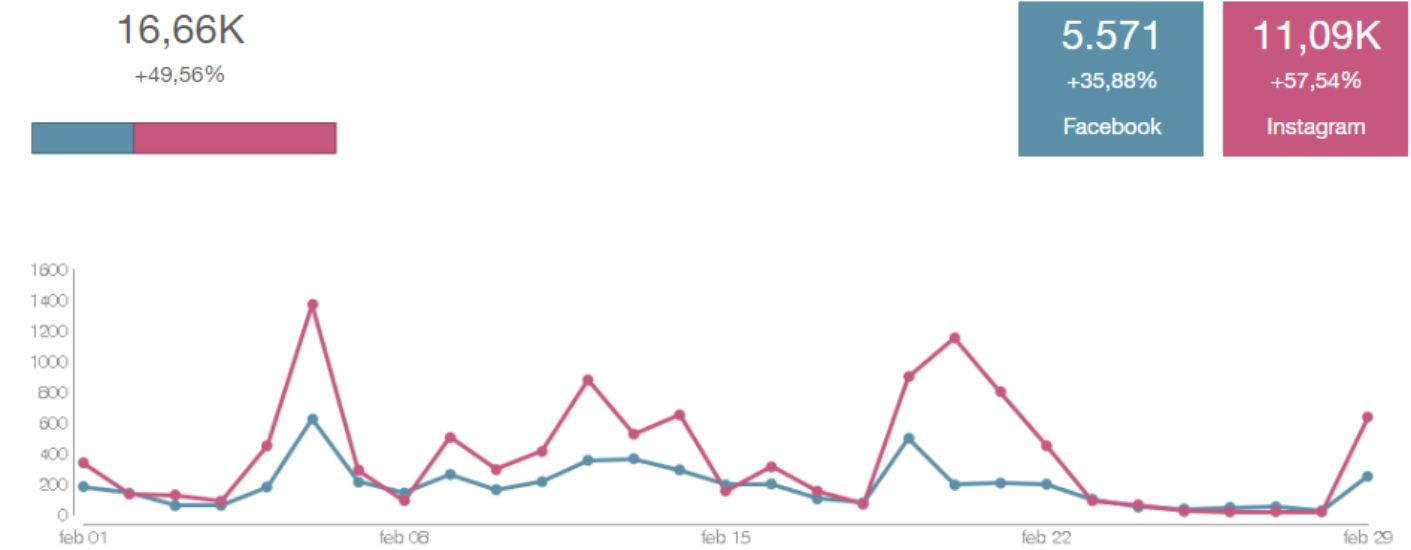
Seguidores

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia



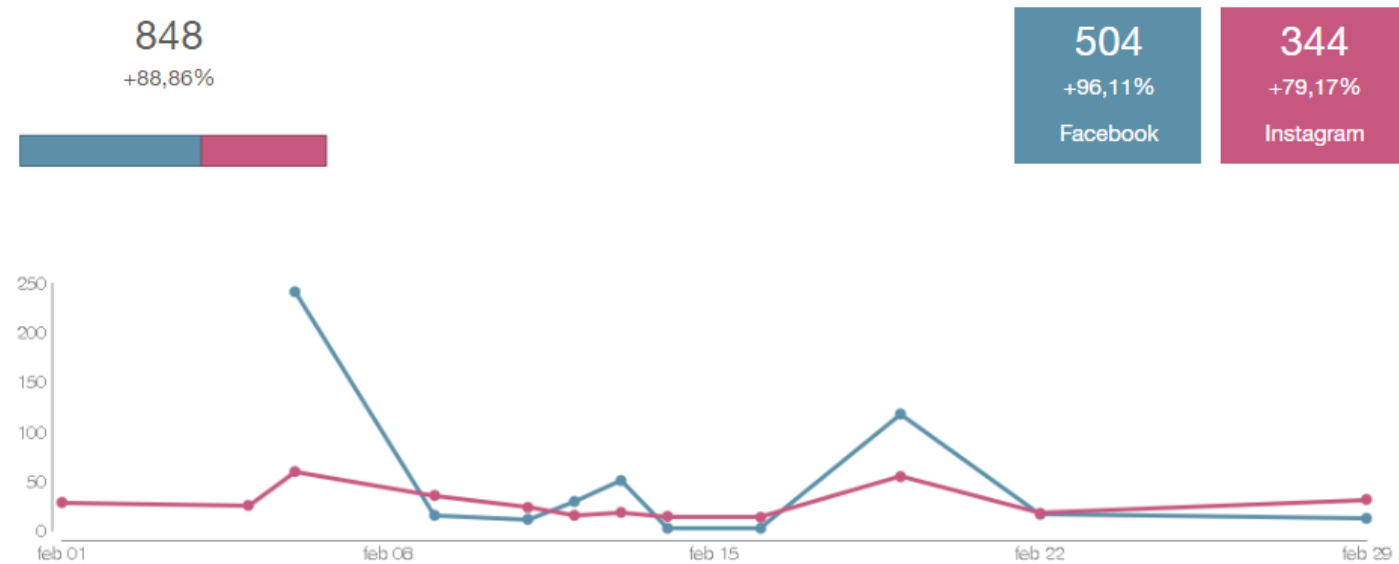
Impresiones

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia



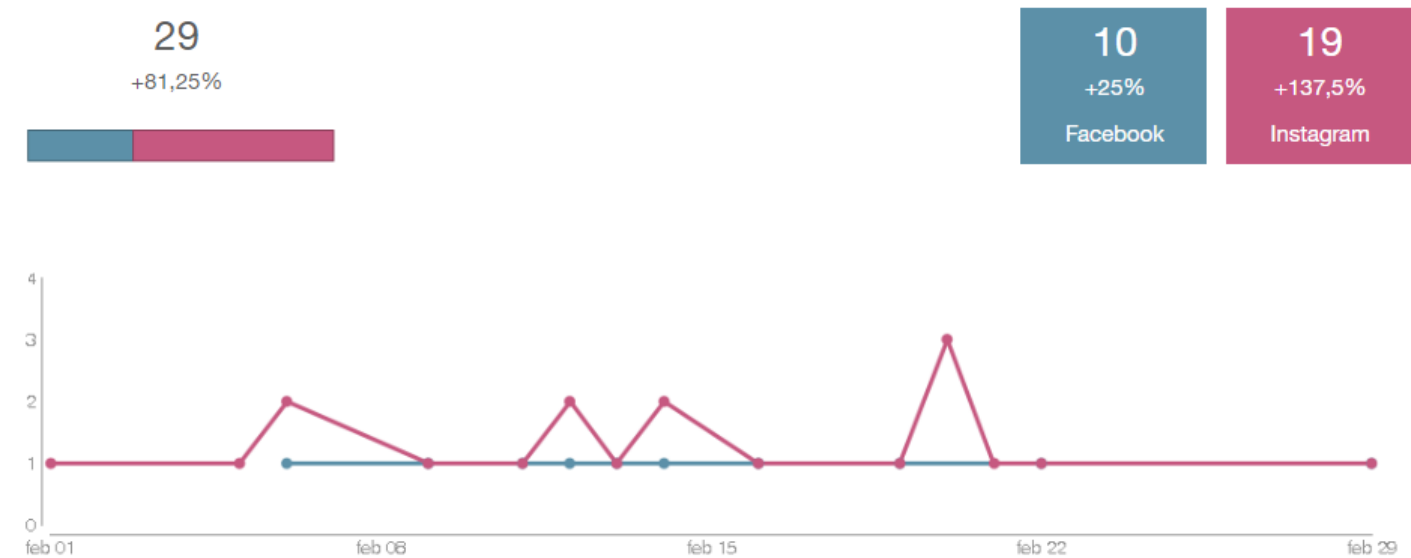
Interacciones en publicaciones

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia

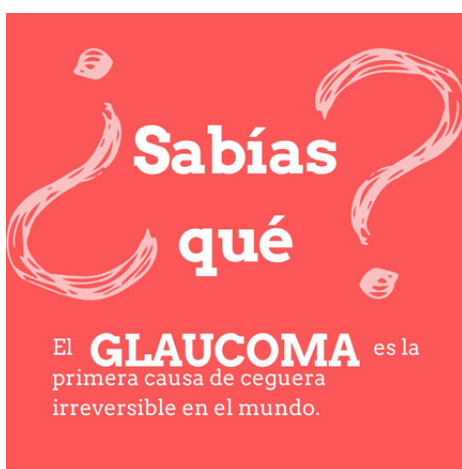
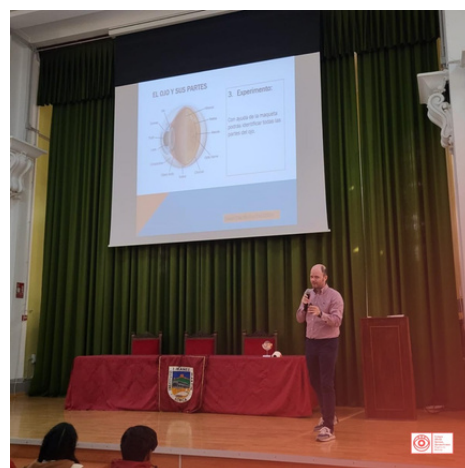


Publicaciones

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia



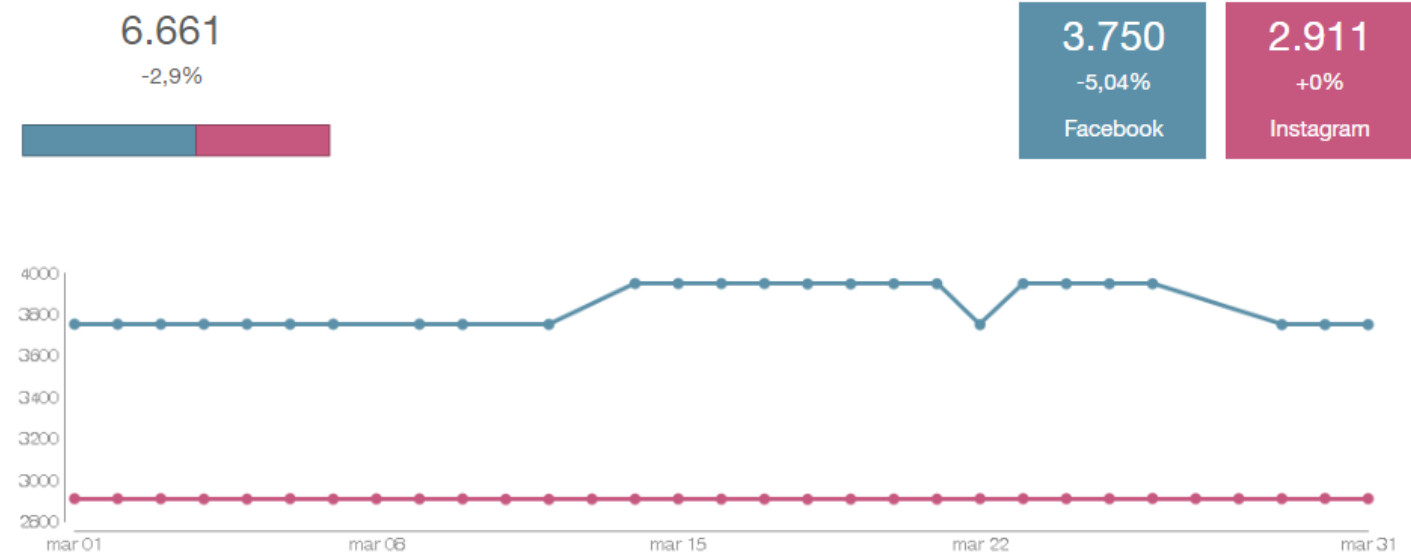
MARZO



MARZO

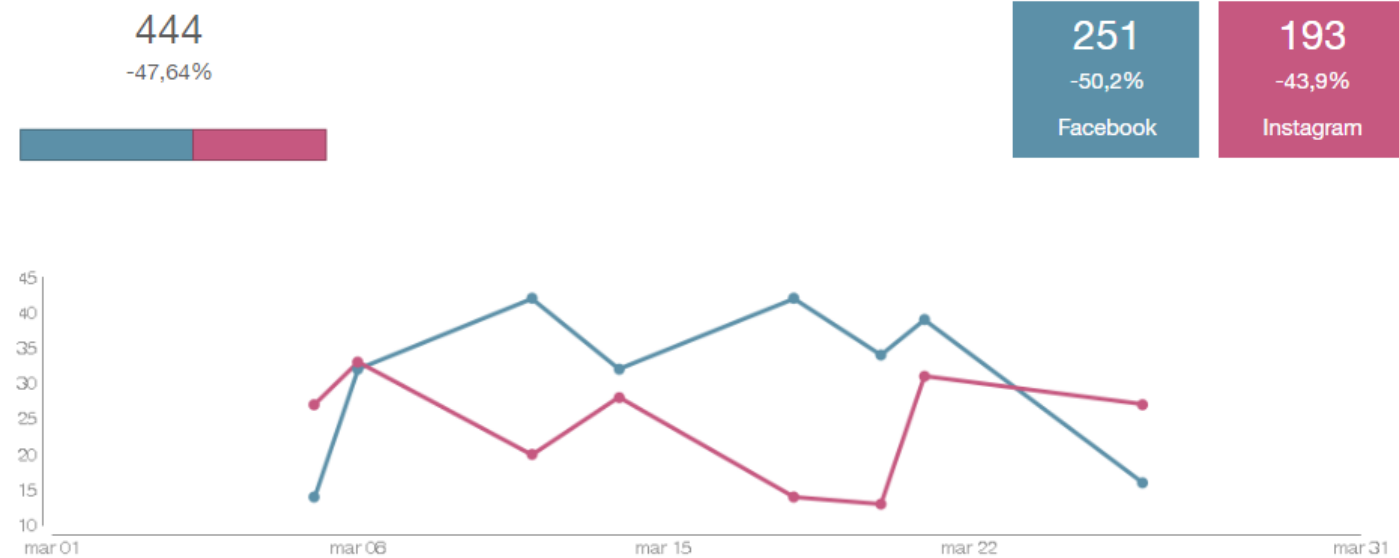
Seguidores

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia



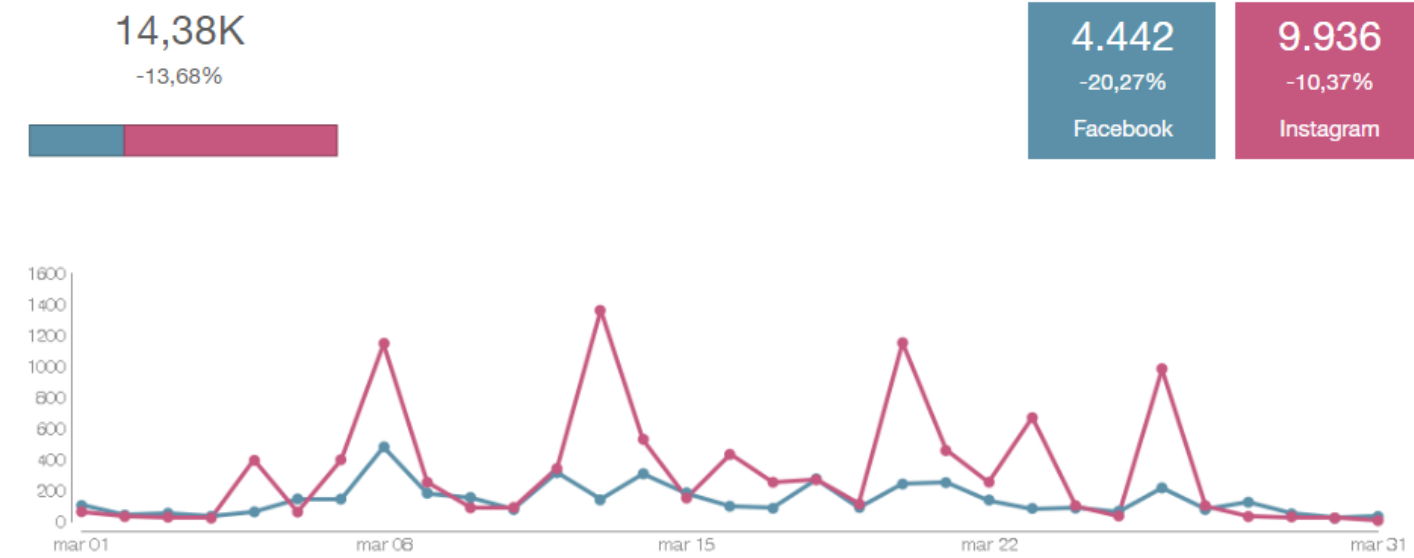
Interacciones en publicaciones

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia



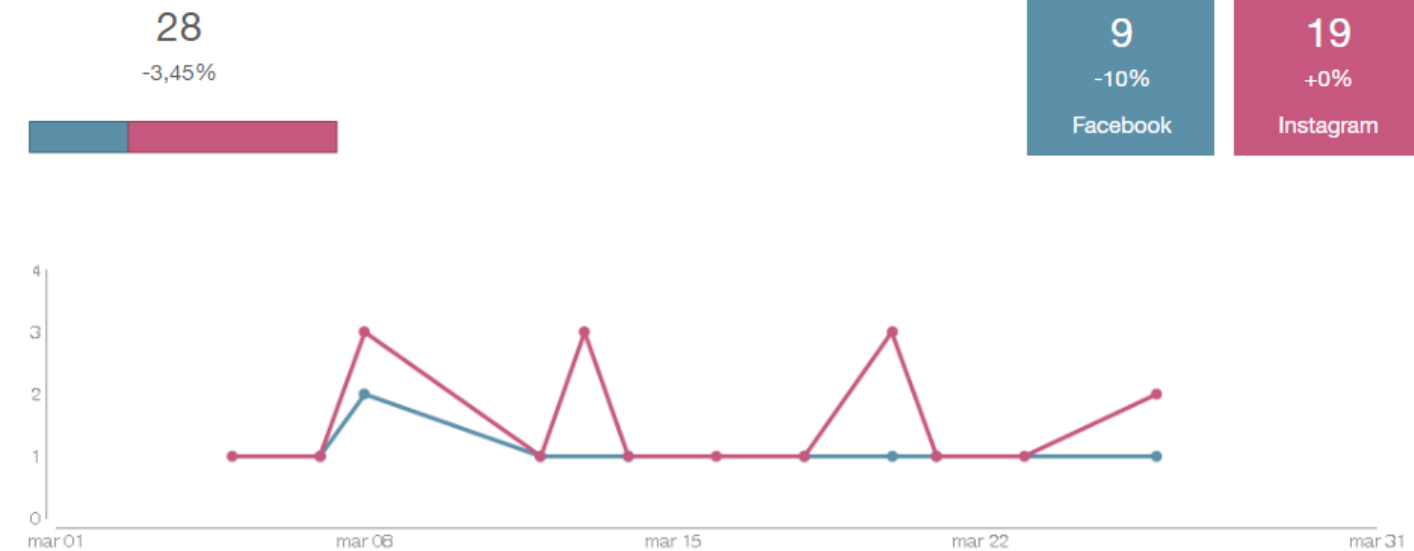
Impresiones

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia



Publicaciones

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia



ABRIL



ABRIL

Seguidores

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia

6.671

+0,15%



3.753

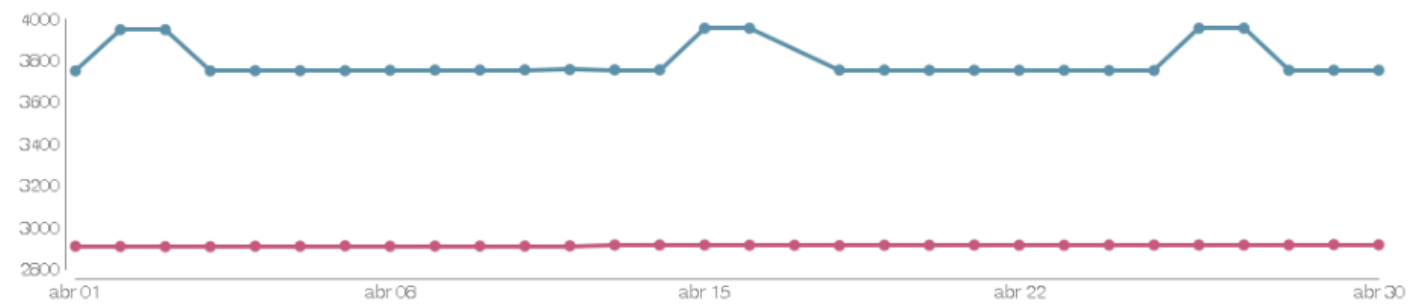
+0,08%

Facebook

2.918

+0,24%

Instagram



Impresiones

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia

24,81K

+72,55%



7.518

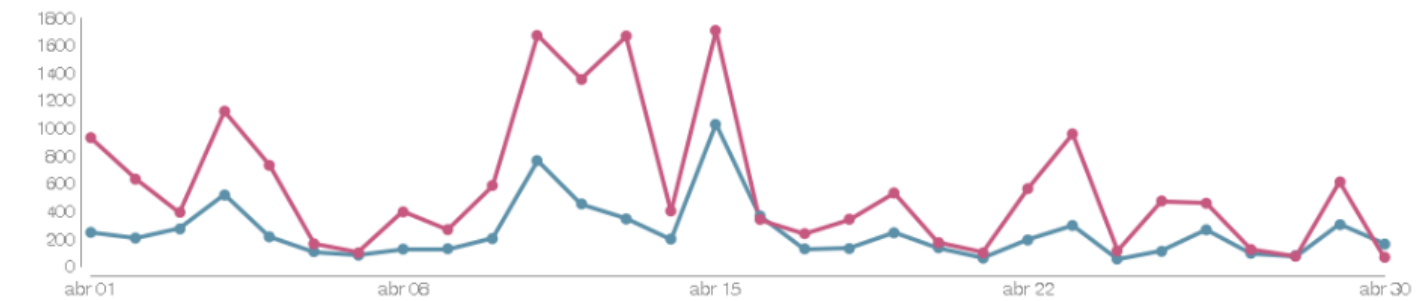
+69,25%

Facebook

17,29K

+74,02%

Instagram



Interacciones en publicaciones

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia

1.150

+159,01%



748

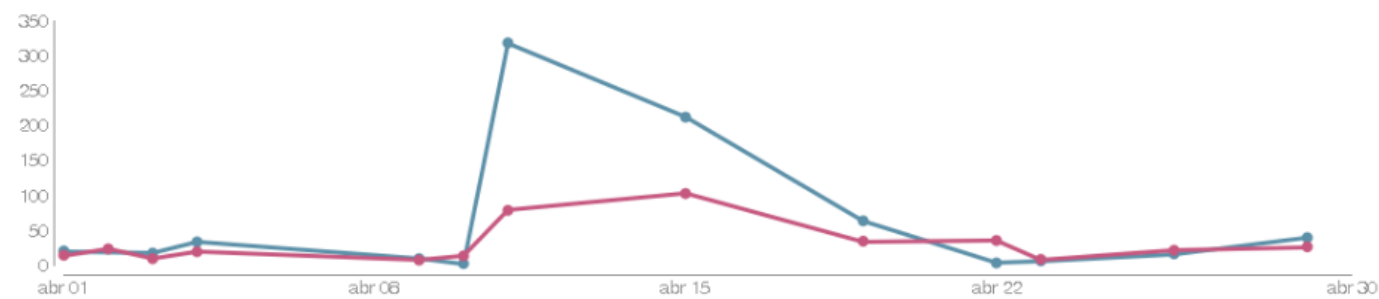
+198,01%

Facebook

402

+108,29%

Instagram



Publicaciones

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia

70

+150%



34

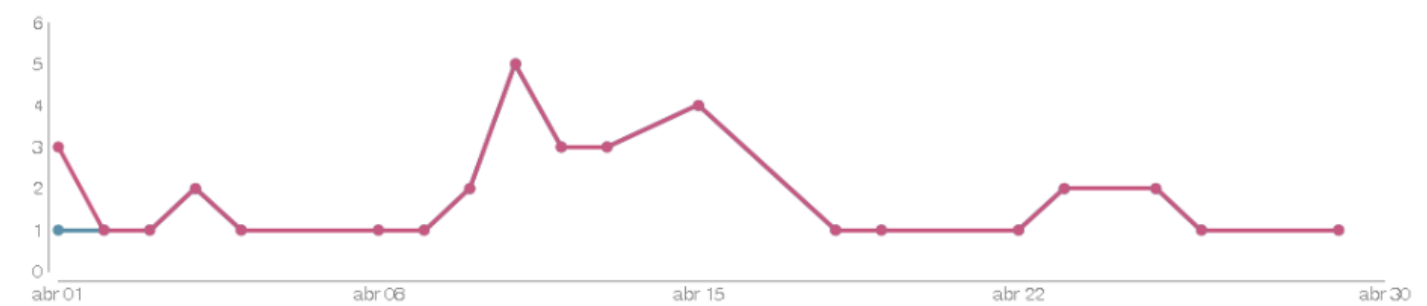
+277,78%

Facebook

36

+89,47%

Instagram



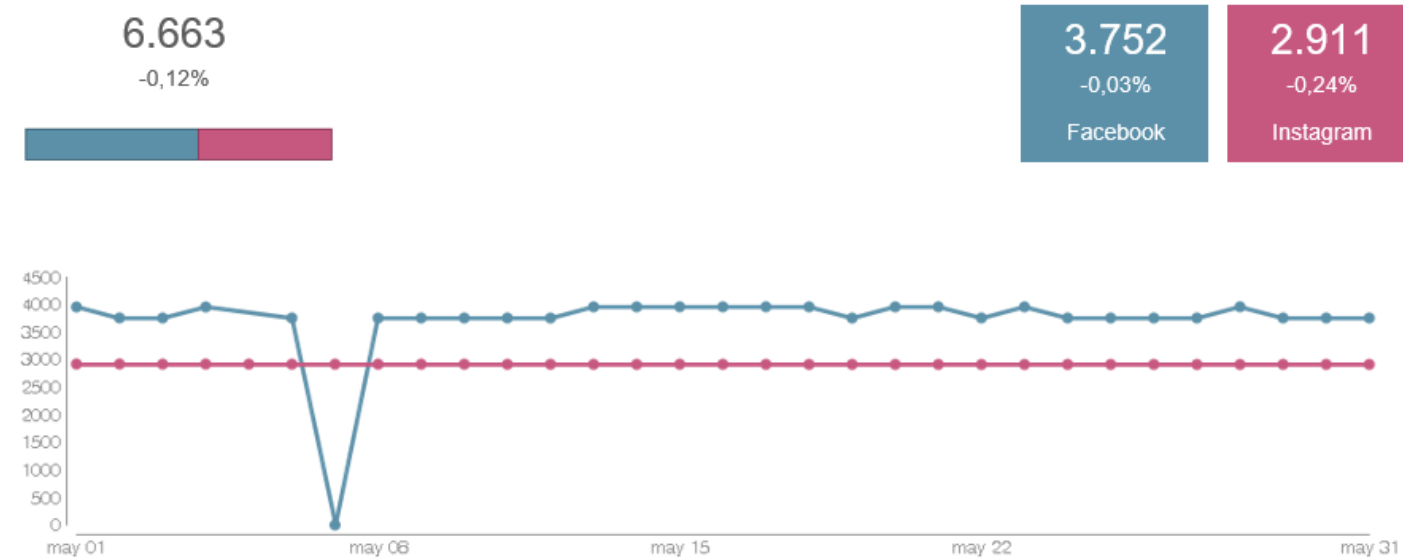
MAYO



MAYO

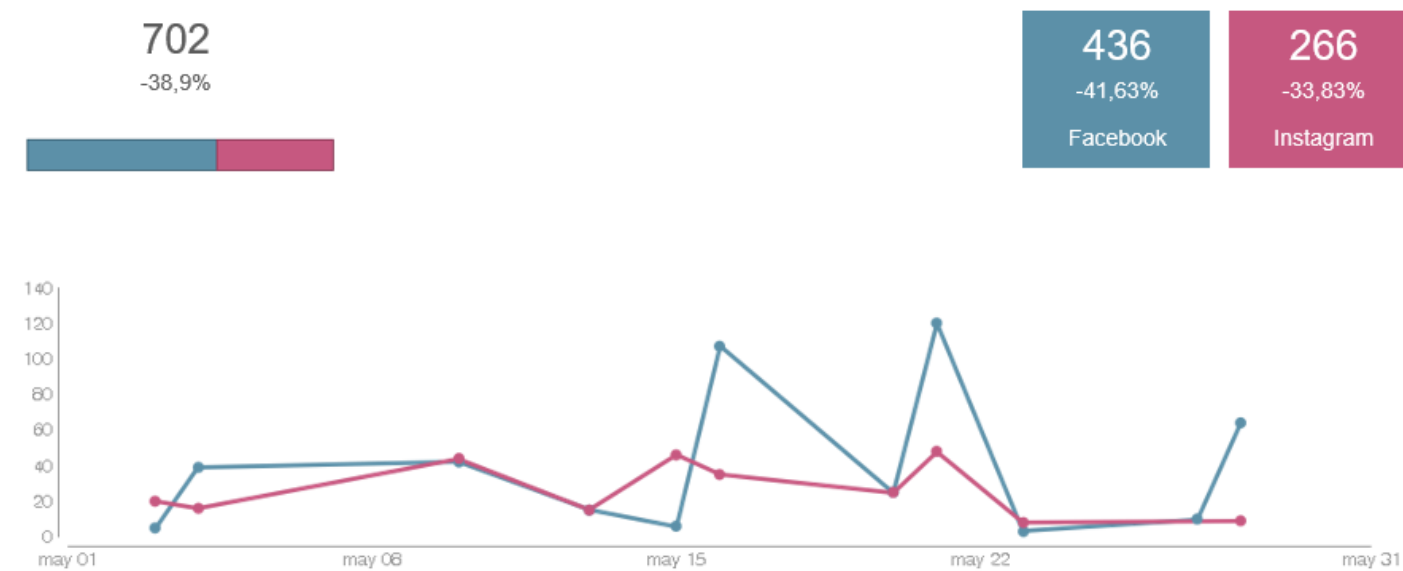
Seguidores

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia



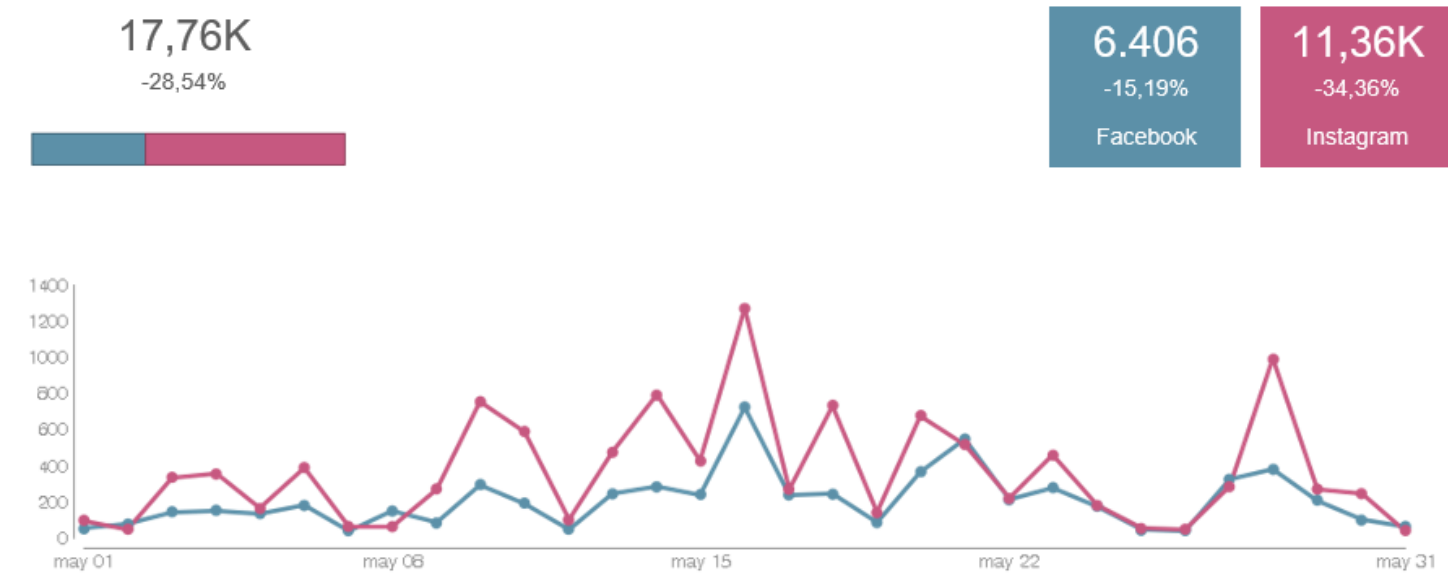
Interacciones en publicaciones

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia



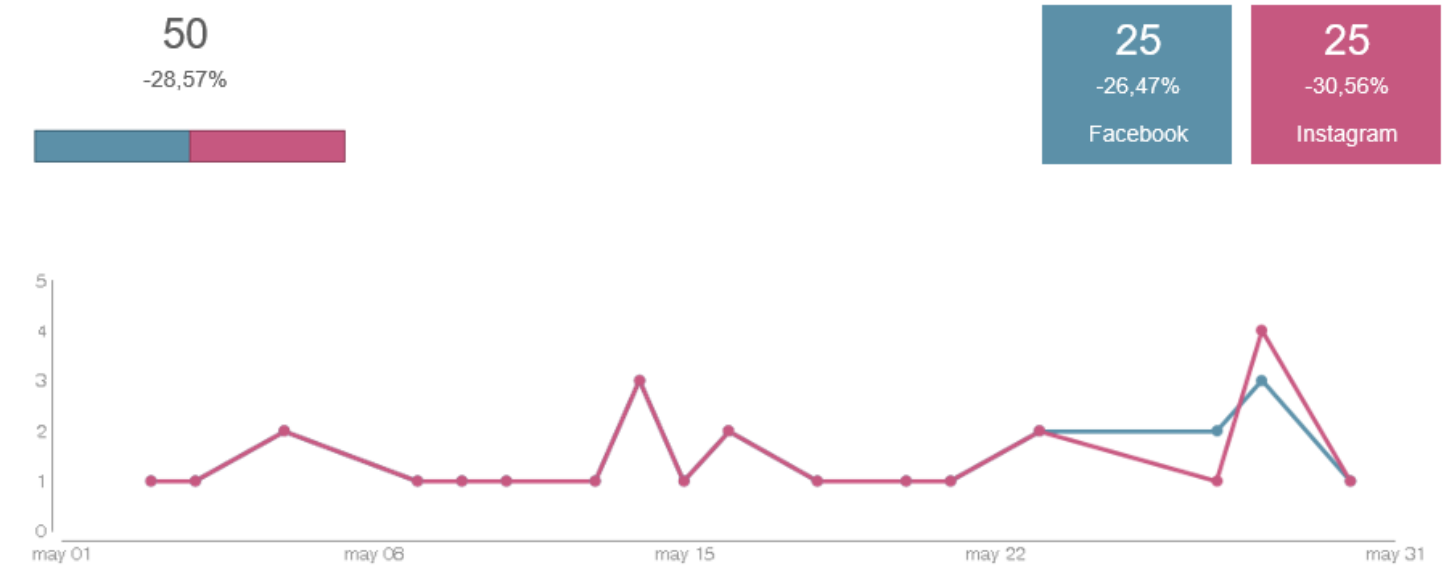
Impresiones

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia

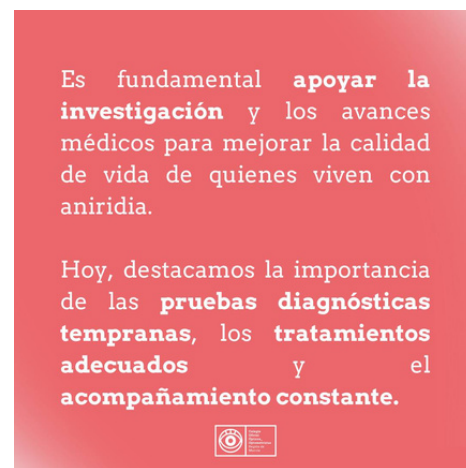


Publicaciones

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia



JUNIO



JUNIO

Seguidores

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia

6.672

+0,14%



3.754

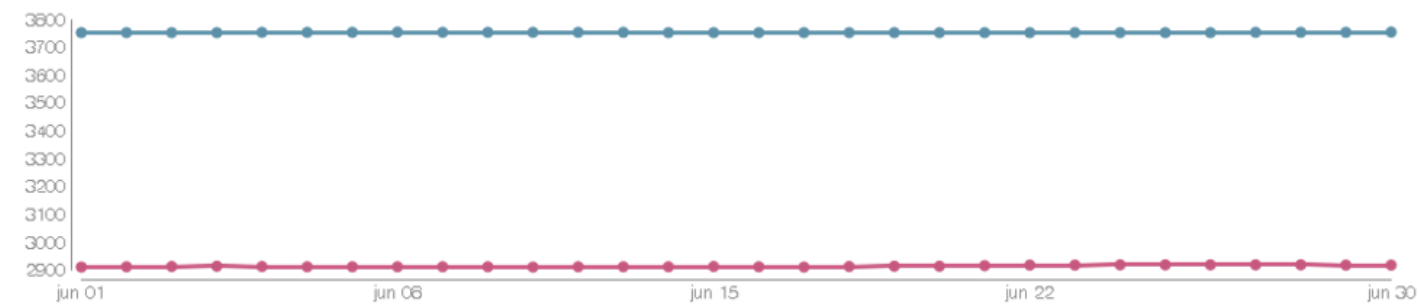
+0,05%

Facebook

2.918

+0,24%

Instagram



Impresiones

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia

22,05K

+25,24%



6.035

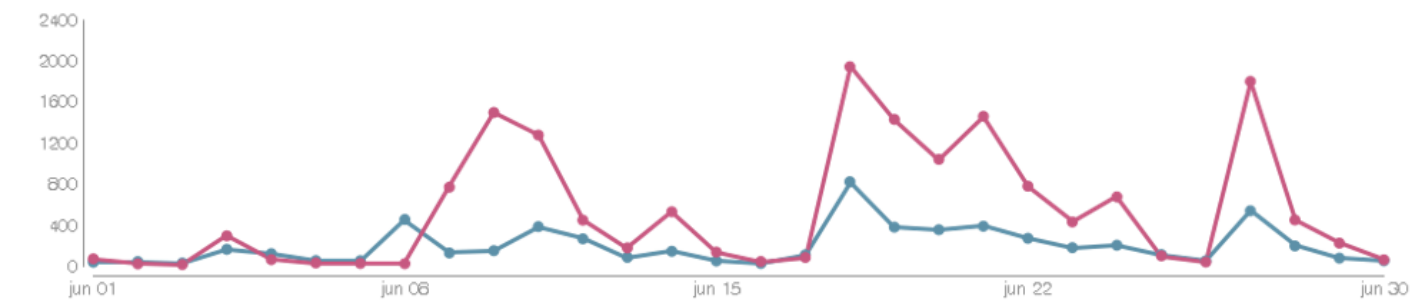
-5,01%

Facebook

16,02K

+42,32%

Instagram



Interacciones en publicaciones

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia

864

+23,08%



399

-8,49%

Facebook

465

+74,81%

Instagram



Publicaciones

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia

56

+12%



27

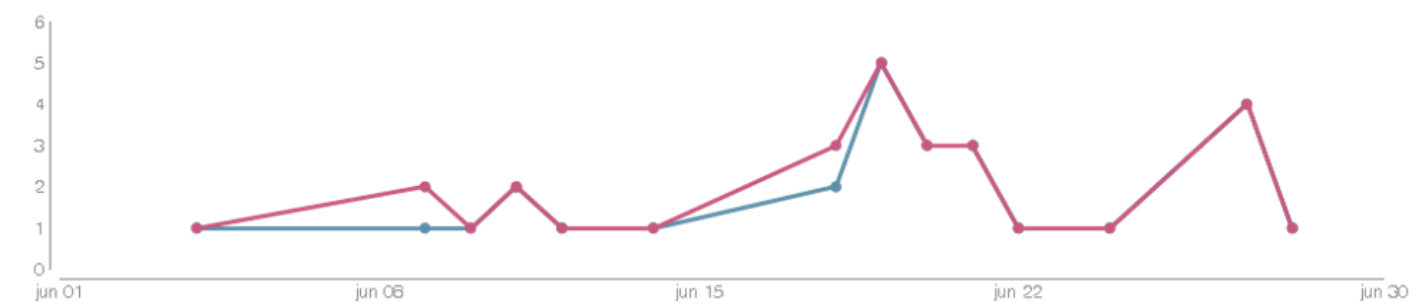
+8%

Facebook

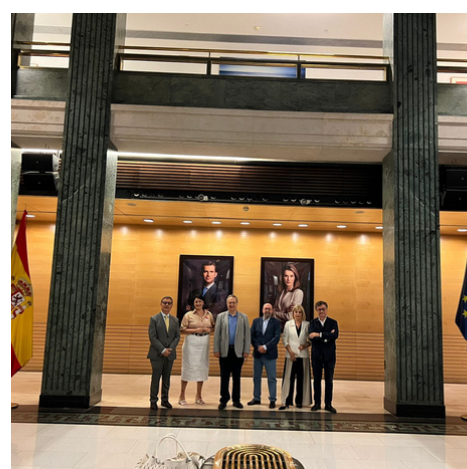
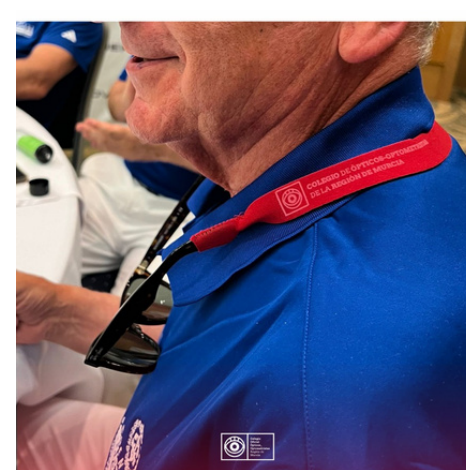
29

+16%

Instagram



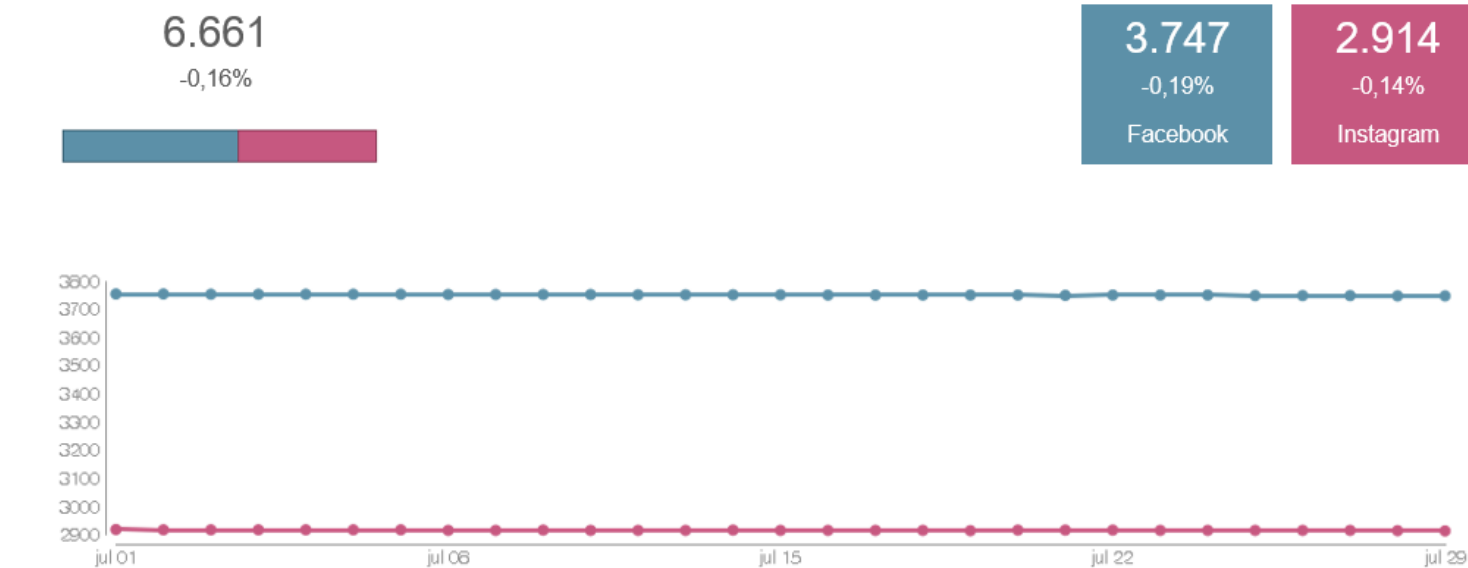
JULIO



JULIO

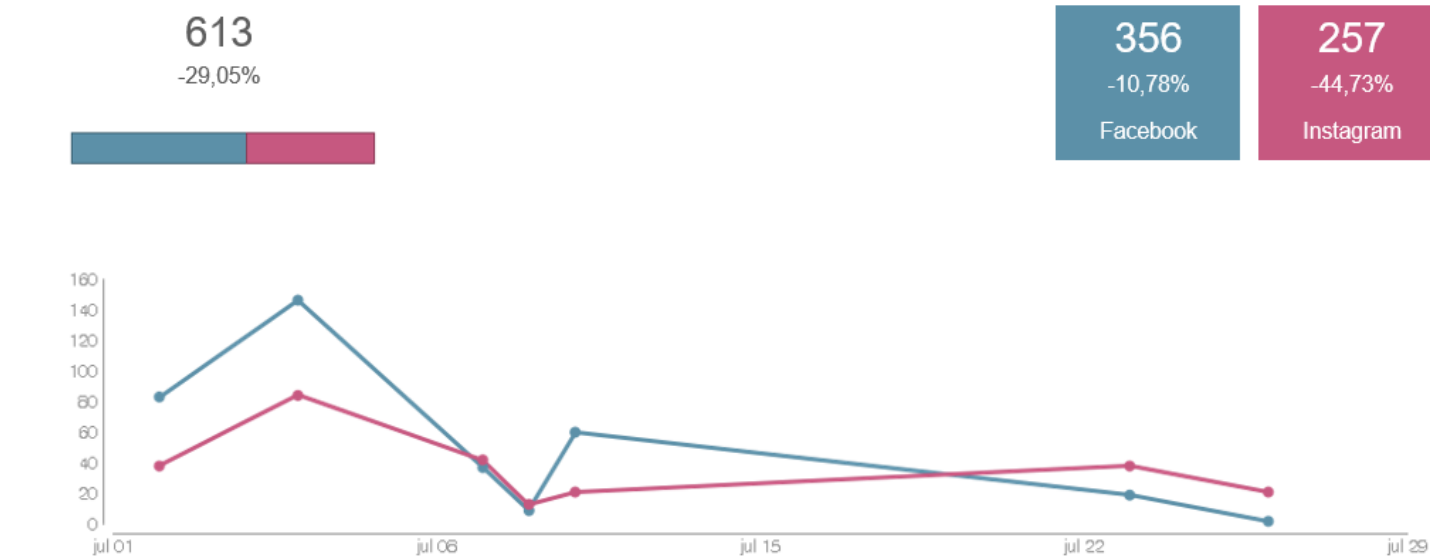
Seguidores

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia



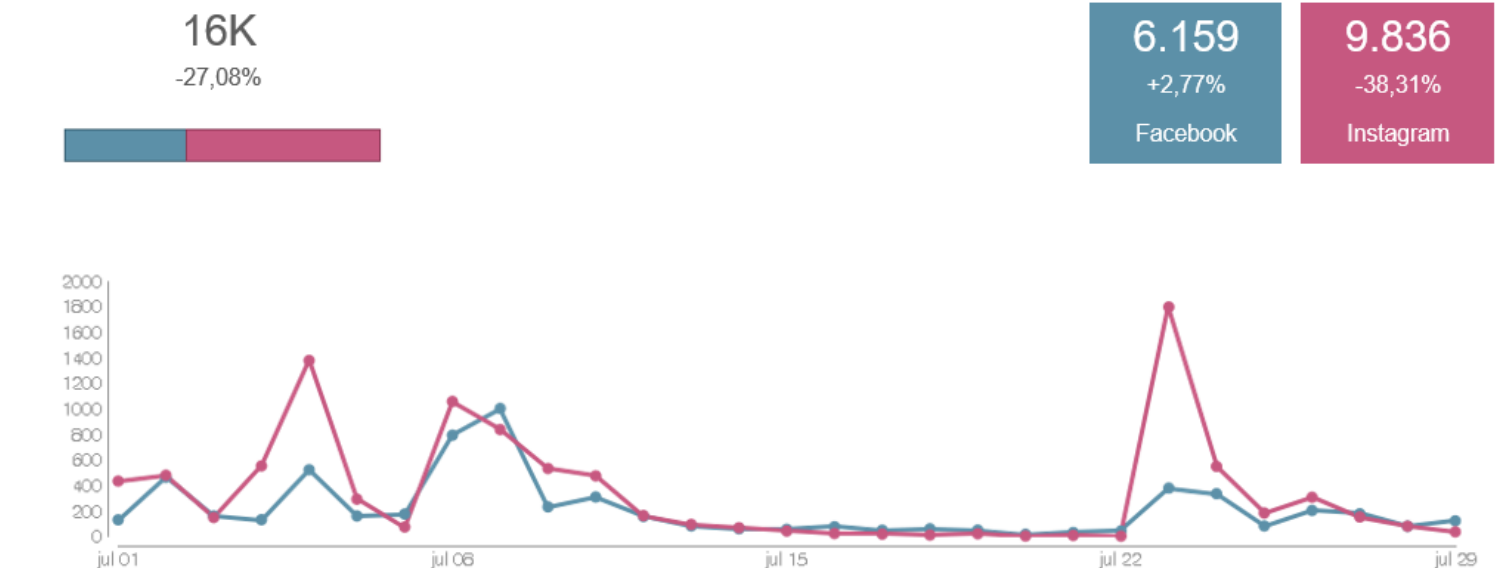
Interacciones en publicaciones

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia



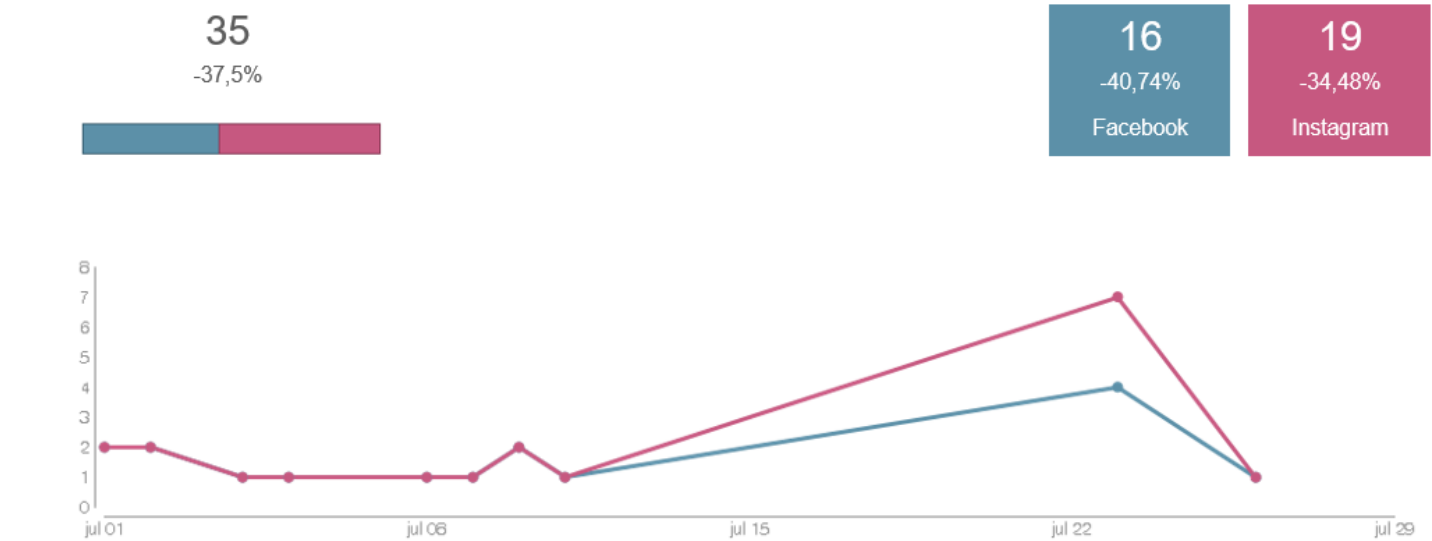
Impresiones

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia



Publicaciones

Colegio de Ópticos-Optometristas Región de Murcia



IMPULSAR CANAL WHATSAPP

¡NO TE
PIERDAS
NADA!

Únete a nuestra
comunidad de WhatsApp
para estar al tanto de las
noticias más relevantes.



 COMUNICADOS COORM



¡NO TE
PIERDAS
NADA!



Únete a nuestra
comunidad de WhatsApp
para estar al tanto de los
eventos más interesantes.



 EVENTOS COORM



31 usuarios inscritos
al canal de eventos

34 usuarios inscritos
al canal de
comunicados
oficiales del COORM

GACETA ÓPTICA

COLEGIOS



Los jóvenes miopes, en el punto de mira a la hora de desarrollar glaucoma

Las revisiones de los ópticos-optometristas ayudan a detectar al enemigo silencioso. Y es que el glaucoma, en sus fases tempranas, no produce ningún síntoma visible que haga que el paciente se alerte.

El glaucoma es la primera causa de ceguera irreversible en el mundo. Los datos son alarmantes: medio millón de personas sufren de glaucoma en nuestro país, es decir, un 3% de la población española. La tendencia es que esta enfermedad aparezca en pacientes de más de 40 años, pero estas cifras no dicen que los jóvenes no puedan verse afectados.

Las revisiones de los ópticos-optometristas ayudan a detectar al enemigo silencioso. Y es que el glaucoma en sus fases tempranas no produce ningún síntoma visible que haga que el paciente se alerte.

Ester Mainar, presidenta del Colegio Oficial de Ópticos-Optometristas de la Región de Murcia, explica que el glaucoma es una enfermedad conocida porque afecta al nervio óptico, el cual es el responsable de aportar información al cerebro. Además, afirma que “el glaucoma, si no es tratado, puede llegar a producir la pérdida total de la visión. ¿El principal problema? La ausencia de síntomas. No es hasta que no hay una pérdida repentina de la visión, fuertes dolores en el ojo o en la frente, enrojecimiento ocular, náuseas y vómitos, o visión de arcoíris, cuando el paciente asume que algo va mal y acude a los especialistas”.

Glaucoma en jóvenes

Las cifras muestran una tendencia donde el glaucoma suele aparecer a partir de los 40 años, pero en pacientes jóvenes también se encuentra glaucoma, concretamente de dos



tipos: congénito, y juvenil. Estos tipos de glaucoma se suelen identificar en jóvenes miopes. Mainar expone que la relación entre la miopía y el glaucoma se da porque los ojos de una persona con miopía presenta alteraciones que afectan al nervio óptico, el cual es más susceptible a los aumentos de la presión intraocular. La medida de la presión intraocular es casi imprescindible para prevenir el glaucoma. Se puede medir de forma rápida y segura desde la mayoría de establecimientos sanitarios de óptica, por lo que el óptico-optometrista juega ese papel fundamental a la hora de la prevención de esta patología.

Glaucoma pigmentario y miopía

Un glaucoma secundario que toma relativa importancia entre los jóvenes es el glaucoma pigmentario. Se trata de una patología que se asocia a otra causa conocida que acaba derivando en un problema de la regulación de la presión intraocular. “Este tipo de glaucoma se debe a una mala posición del

iris que puede rozar con el cristalino. La anatomía ocular del paciente es lo que genera la frecuencia de aparición de esta patología, siendo los pacientes jóvenes varones y los miopes, los más afectados” explica Ester Mainar.

Y es que la miopía ha pasado a ser otra pandemia en la actualidad, en este caso, más silenciosa, pero que ha afectado principalmente a la población más joven. Esta patología afecta al 62,5% de los jóvenes españoles de entre 17 y 27 años, según la OMS. Se estima que 6 de cada 10 jóvenes son miopes, lo que supone que más de la mitad de los niños en edad escolar. Además, las previsiones no son buenas, se estima que en 2050 un 52% de la población será miope, frente al 27% que se estimaba en 2010.

Es importante controlar la miopía, ya que un ojo miope por encima de lo normal puede tener predisposición a desarrollar desprendimiento de retina, glaucoma, maculopatías miópicas, o alteraciones del nervio



Ester Mainar Andreu: una voz esencial en la Salud Pública de Murcia



Ester Mainar junto con el resto de miembros de la Mesa Municipal Asesora del Ayuntamiento de Murcia.

La salud pública es una prioridad que demanda el compromiso y la colaboración de diversos sectores y profesionales. En este contexto, el Ayuntamiento de Murcia ha dado un paso significativo al fortalecer su Mesa Municipal Asesora de Salud Pública, un órgano vital que ofrece asesoramiento técnico en temas cruciales de salud pública dentro del ámbito municipal. Entre los 23 expertos y 9 representantes de colegios profesionales sanitarios que conforman esta mesa, destaca ahora la participación de Ester Mainar Andreu, Presidenta del Colegio Oficial de Ópticos Optometristas de la Región de Murcia, como miembro consultor. Este nombramiento no solo resalta el reconocimiento a la trayectoria y

competencia profesional de Mainar Andreu, sino que también subraya el papel esencial que desempeñan los ópticos optometristas en la promoción y protección de la salud visual, un aspecto fundamental de la salud pública.

Al respecto, Mainar Andreu comenta: “Es un honor para mí formar parte de esta mesa consultora en salud pública. Como óptica optometrista, entiendo la importancia de una visión integral de la salud, donde la prevención y el cuidado de los ojos son elementos fundamentales. Contribuir desde mi experiencia y conocimiento a las decisiones que afectan la salud de nuestros ciudadanos es un compromiso que asumo con responsabilidad y entusiasmo”.

La Mesa Municipal Asesora de Salud Pública tiene como objetivo primordial brindar apoyo técnico al Ayuntamiento en diversas áreas críticas, desde la atención en brotes epidémicos hasta la promoción de estilos de vida saludables. La periodicidad de sus reuniones semestrales y la creación de grupos de trabajo específicos demuestran un enfoque dinámico y proactivo para abordar los desafíos de salud pública en la región. “Esta iniciativa refleja el compromiso del Ayuntamiento de Murcia con el bienestar y la calidad de vida de sus ciudadanos. Estoy convencida de que, trabajando juntos, podemos avanzar significativamente en la promoción de la salud y la equidad en nuestro municipio”, afirma Mainar Andreu.



ESTER MAINAR ANDREU
PRESIDENTA DEL
COLEGIO DE ÓPTICOS-
OPTOMETRISTAS
DE LA REGIÓN
DE MURCIA (COORM)

600 NÚMEROS DE LUZ: EL LEGADO DE LA GACETA DE OPTOMETRÍA

Como presidenta del Colegio Oficial de Ópticos Optometristas de la Región de Murcia, me enorgullece expresar mi reconocimiento a *Gaceta de Optometría* por su gran contribución a nuestra profesión a lo largo de toda su historia. Esta publicación ha sido un faro de conocimiento y un recurso fundamental para todos los profesionales de la optometría en España.

Gaceta de Optometría ha desempeñado un papel crucial en la difusión de investigaciones innovadoras, avances tecnológicos y mejores prácticas clínicas en el campo de la optometría. Su compromiso con la ex-

Gaceta de Optometría ha sido un socio invaluable tanto para el COORM como para otros colegios profesionales

lencia académica y la actualización continua ha elevado los estándares de nuestra profesión y ha enriquecido el conocimiento de nuestros compañeros.

Además de su enfoque en la investigación y la práctica clínica, *Gaceta de Optometría* ha sido un espacio para el intercambio de ideas y la colaboración entre profesionales. Entre sus páginas, gracias a la opinión y debate, se ha fomentado una

comunidad vibrante de ópticos-optometristas comprometidos con el crecimiento y la evolución de nuestra disciplina.

A lo largo de estos 600 números, *Gaceta de Optometría* ha sido un socio invaluable tanto para el COORM como para otros colegios profesionales en todo el país. Su gran labor ha fortalecido nuestra profesión y ha contribuido significativamente al bienestar visual de la población.

En nombre de todos los ópticos-optometristas de la Región de Murcia, extendemos nuestro agradecimiento a *Gaceta* por su dedicación y su servicio a nuestra comunidad profesional. Esperamos seguir colaborando y creciendo juntos.



EL EVENTO REUNIÓ A PROFESIONALES DE LA SALUD Y A MIEMBROS DE LA COMUNIDAD AUTÓNOMA El Colegio Oficial de Ópticos-Optometristas de la Región de Murcia promueve la salud visual en la Feria de Salud de Lorca

En un esfuerzo continuo por fomentar la conciencia sobre la importancia del cuidado de la salud visual, el Colegio Oficial de Ópticos-Optometristas de la Región de Murcia ha participado activamente en la reciente Feria de Salud de Lorca. Este evento, que reunió a profesionales de la salud y miembros de la comunidad en un ambiente colaborativo, sirvió como plataforma ideal para destacar la relevancia de mantener una visión saludable, especialmente durante la temporada estival.

La participación del COORM en la feria se centró en educar al público sobre la importancia de los controles regulares de la vista y los cuidados específicos que requieren nuestros ojos en esta época del año. En plena época de alergias y con el verano acercándose rápidamente, es crucial recordar que el sol y otros factores ambientales pueden afectar significativamente a nuestra salud ocular.

Durante la feria, los expertos ópticos-optometristas hicieron pruebas de contraste con fluoresceína, para revisar la salud del polo anterior del ojo, comprobar que la lágrima está preservada y que los párpados, la conjuntiva y la córnea estén



Ester Mainar, presidenta del COORM junto con Belén Díaz Arcas, concejala de Sanidad de Lorca y otras autoridades.

íntegras para poder evitar los efectos adversos de las alergias primaverales.

Además, se han dado consejos prácticos sobre cómo proteger nuestros ojos del daño causado por los rayos ultravioleta, se ha resaltado la importancia de usar gafas de sol con protección UV adecuada y la necesidad de adquirir lentes de calidad que garanticen una correcta protección contra los rayos nocivos del sol.

Además de la protección solar, el Colegio Oficial de Ópticos-Optometristas de Murcia destacó la importancia de mantener una hidratación adecuada para prevenir la sequedad ocular, común durante los meses más cálidos del año. Se proporcionaron recomendaciones sobre cómo mantener los ojos frescos y cómodos, incluso en condiciones de calor extremo.

La participación del Colegio Oficial de Ópticos-Optometristas de Murcia en la Feria de Salud de Lorca refleja su compromiso continuo con la promoción de la salud visual en la comunidad. A través de iniciativas educativas y eventos de sensibilización, este colegio profesional busca garantizar que todos tengan acceso a la información y los recursos necesarios para cuidar de sus ojos de manera efectiva y proactiva.



Ópticos-optometristas del COORM realizando pruebas durante la jornada.



Asamblea Anual del Colegio de Ópticos Optometristas de la Región de Murcia

El Colegio de Ópticos-Optometristas de la Región de Murcia ha celebrado su asamblea anual con notable éxito. En este encuentro, se aprobaron los presupuestos anuales, garantizando así la estabilidad y el buen funcionamiento de la organización para el próximo año.

Durante la asamblea, los miembros también revisaron las acciones realizadas durante el ejercicio anterior, evaluando los logros alcan-



Junta directiva del COORM durante la Asamblea General 2024.

zados y las áreas que requieren mayor atención. Esta revisión permite al colegio ajustar sus estrategias y continuar mejorando la calidad de los servicios ofrecidos a la comunidad.

El compromiso y la participación activa de los colegiados en este evento demuestran una vez más la dedicación y profesionalismo que caracterizan al Colegio de Ópticos-Optometristas de la Región de Murcia, reafirmando su misión de promover la salud visual en la región.

El COORM asiste al acto institucional por el Día de la Región de Murcia

El Colegio Oficial de Ópticos-Optometristas de la Región de Murcia (COORM) asistió, el pasado 9 de junio, al acto institucional con motivo del Día de la Región de Murcia en el cual la Comunidad ha entregado sus máximas distinciones. Como viene siendo habitual, el acto conmemoró el 42º aniversario del Estatuto de Autonomía y, como cada año, el evento incluyó la entrega de las Medallas de Oro de la Región de Murcia y los diplomas de Servicios Distinguidos a diferentes personalidades y entidades de la región que han destacado por su trayectoria en diferentes ámbitos, como el cultural, el empresarial, el científico, el artístico, el educativo o el deportivo.

El COORM postuló al presidente de la Región de Murcia la candidatura del Laboratorio de Óptica de la Universidad



Ester Mainar, presidenta del COORM, junto con Fernando López Miras, presidente de la Región de Murcia, y diferentes presidentas de colegios profesionales durante el acto del Día de la Región.

de Murcia, en reconocimiento de su destacada contribución a la investigación en óptica visual, adaptativa y biomédica, y su reciente 30 aniversario.

El LOUM, bajo la dirección del Profesor Pablo Artal desde su fundación en 1994, ha sido un referente mundial en innovación y excelencia en el ámbito de la óptica. A pesar de no haber resultado vencedores en esta ocasión, su nominación resalta su papel crucial en el avance de las tecnologías ópticas y su impacto significativo en la salud visual, y desde el COORM seguirán destacando su exitosa trayectoria internacional.

El Profesor Pablo Artal, con más de 300 artículos de investigación y 30 patentes internacionales, ha llevado el nombre de la Región de Murcia a nivel global, y su trayectoria profesional ha sido reconocida con numerosas distinciones internacionales.

Esta candidatura ha permitido reconocer y celebrar los logros y la dedicación del LOUM y del profesor Artal, reafirmando su influencia positiva en la comunidad científica y en la sociedad en general.



El Colegio Oficial de Ópticos Optometristas de la Región de Murcia Participa en la XIV Reunión Nacional de Óptica celebrada por primera vez en la Región

El COORM ha asistido a la XIV Reunión Nacional de Óptica, organizada por la Universidad de Murcia. Este evento, celebrado en el Campus de Espinardo, ha reunido a destacados investigadores y profesionales del ámbito de la óptica y la biofotónica, convirtiéndolo en un importante punto de encuentro para toda su comunidad dedicada a la investigación, transferencia, docencia y divulgación.

Durante la reunión mantenida, se han presentado los últimos avances en investigación sobre la luz y sus aplicaciones en la salud, destacando la importancia de la óptica en el desarrollo de nuevas tecnologías para el diagnóstico y tratamiento de enfermedades.

El evento ha sido una excelente oportunidad para fortalecer la colaboración entre los profesionales de la óptica y optometría y los investigadores, promoviendo así el intercambio de ideas y la innovación en esta área.



Eloy Villegas, decano de la Facultad de Óptica de la UMU, Enrique Josua Fernández Martínez, profesor de Óptica de la UMU, Juan Manuel Bueno García, catedrático de la UMU y Ester Mainar, presidenta del COORM.

La asistencia del Colegio Oficial de Ópticos-Optometristas de la Región de Murcia en esta reunión subraya su compromiso con el avance científico y el desarrollo de nuevas soluciones para mejorar la salud visual de la población.

Ha sido un orgullo haber podido asistir a estas reuniones que se han celebrado por primera vez en Murcia, poniendo de manifiesto el gran talento que existe en la región, sobre todo en lo referente al campo de la óptica-optométrica.

El COORM participa en el III Torneo Colegios Interprofesionales de golf Costa Cálida

El COORM participa por tercer año consecutivo en el Torneo Colegios Interprofesionales de Golf Costa Cálida que este año tuvo lugar en la Torre Golf de Torre-Pacheco el pasado día 6 de julio.

Un total de 17 colegios profesionales de toda la región participaron en la cita aunando a más de un centenar de jugadores. Los colegiados del

COORM que representaron al colegio fueron Víctor Cuenca y Francisco Manuel Martínez que consiguieron entrar entre los 10 primeros puestos dejando al COORM en muy buen lugar.

Desde el COORM participaron en el *Welcome Pack* regalando cintas de neopreno para sujetar las gafas de todos los participantes.



Víctor Cuenca y Francisco Manuel Martínez, colegiados representando al COORM durante el torneo.

DISEÑOS



DECÁLOGO



CARNET COLEGIADO



TARJETA VISITA ESTER



ROLLUP

DISEÑOS



AGUJERO ESTENOPEICO

Esta prueba **NO** es determinante, siendo el óptico-optometrista el profesional sanitario capacitado para evaluar la función visual con ayuda de otras técnicas específicas

1. Tapa tu ojo izquierdo y observa con tu ojo derecho un objeto lejano.
2. Coloca el agujero estenopeico muy cerca frente a tu ojo derecho y observa de nuevo el mismo objeto lejano.



Si eres usuario de gafas o lentes de contacto, no te las quites para hacer la prueba. Si ha mejorado la nitidez del objeto observado a través del agujero, debes visitar a tu óptico-optometrista para que tus lentes sean actualizadas



Si NO eres usuario de gafas o lentes de contacto y encuentras una mejora en la nitidez del objeto observado a través del agujero, debes visitar al óptico-optometrista

AGUJERO ESTENOPEICO



DISCOS INFANTILES MERCHANDISING



TOTE BAG MERCHANDISING

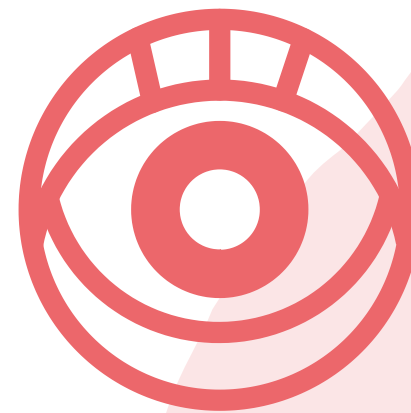


COLGADOR GAFAS NEOPRENO



EQUIPACIÓN TORNEO GOLF

Muchas Gracias



Colegio
Oficial
Ópticos_
Optometristas
Región de
Murcia