

La visión: aspecto clave en el aprendizaje y desarrollo personal del niño



1

Los niños no suelen ser conscientes de sus limitaciones visuales. No tienen un referente para comparar, consideran que su visión es "normal" y no se quejan.

Uno de cada cinco escolares convive con la visión borrosa, especialmente al leer, lo que disminuye su rendimiento académico. Además de **la miopía, la hipermetropía y el astigmatismo**, que afectan a la agudeza visual, otros defectos frecuentes son:

Ojo vago o ambliopía: disminución de las facultades visuales de uno o ambos ojos.

Insuficiencia de convergencia: problema de coordinación de los músculos del ojo al mirar objetos cercanos.

Estrabismo: pérdida del paralelismo de los ojos. Uno de los ojos dirige la mirada al objeto que fija, mientras que el otro se desvía en otra dirección.

"Los problemas de visión conllevan una gran cantidad de limitaciones sociales que perjudican el desarrollo, la personalidad y el carácter del niño".



2

El papel de los padres es fundamental y pueden hacer mucho por la salud ocular de sus hijos.

- ★ Llévalos a revisiones periódicas: una vez al año. El inicio del curso es un buen momento.
- ★ Haz que sigan una dieta saludable y variada, en la que predominen las frutas y verduras.
- ★ Protégelos de las radiaciones solares con gafas de sol.
- ★ Evita que participen en actividades que puedan suponer un riesgo para su salud visual y haz que utilicen el equipo adecuado al hacer deporte.
- ★ Asegúrate que adquieran buenos hábitos de higiene visual como la distancia de lectura y la iluminación para reducir el estrés visual.

3

¡Presta atención! a los síntomas que nos avisan de los problemas visuales

- Escasa atención en las tareas visuales
- Tamaño de letra irregular
- Se tuerce al escribir
- Se sale al colorear
- Salto de reglón
- Mezcla de sílabas al leer
- Tuerce la cabeza al leer y omite palabras
- Se acerca al libro más de lo normal
- Falta de comprensión
- No calcula bien las distancias y tiene dificultad para seguir un objeto en movimiento
- Desvía un ojo
- Presenta picor, escozor, lagrimeo
- Parpadeo frecuente, se frota los ojos
- Sufre dolores de cabeza o mareos con frecuencia
- Mala relación esfuerzos/resultados

pregúntanos,
somos tu óptico

www.visionco.es

vision&co

siempre a la última