

# 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](http://www.visionco.es)

**vision&co**

siempre a la última