



Se calcula que uno de cada cuatro niños sufre algún tipo de problema visual. A las causas habituales de este tipo de problemas en general, en el caso de los niños hay que sumarle los efectos secundarios de otras enfermedades, como la diabetes, una hipoxia en el momento del parto, accidentes vasculares, golpes o contusiones, enfermedades degenerativas e incluso enfermedades infecciosas, como puede ser la toxoplasmosis (parásitos adquiridos en el primer trimestre del embarazo a través de carnes poco cocinadas, o transmitidos por gatos no vacunados).

Es por eso por lo que resulta importante que en torno a los tres años un oftalmólogo realice al niño una completa revisión para descartar algún problema en su visión.

Además de eso y del control regular del pediatra, los padres deben mantenerse atentos a todos aquellos signos que puedan revelar la presencia de una anomalía en la vista de su hijo.



EN TORNO A LOS TRES AÑOS UN OFTALMÓLOGO DEBE REALIZAR AL NIÑO UNA COMPLETA REVISIÓN PARA DESCARTAR ALGÚN PROBLEMA DE VISIÓN

¡Ojo con los niños!



¡Atentos a las señales!

Existen diversas señales que pueden indicarnos que un niño tiene problemas de visión. En caso de descubrirlos, lo más recomendable es acudir cuanto antes a un oftalmólogo para que examine al niño. Así, el niño puede padecer algún proble-

ma de visión en los siguientes casos:

- Si se queja de dolor de cabeza de forma frecuente, tiene los ojos rojos o irritados después de hacer sus deberes, leer o ver la televisión o frunce el ceño al leer.
- Si cruza un ojo o ambos o el párpado superior se le cae algo más de lo normal (síntomas de posible "ojo vago" o ambliopía).
- Si a la hora de pintar realiza combinaciones de colores poco adecuadas (posible daltonismo).
- Si se acerca mucho al papel la hora de leer o escribir (o a la pantalla del ordenador o de la videoconsola.)
- Si coloca la cabeza en posturas poco adecuadas a la hora de leer.

El oftalmólogo aconseja

Una serie de normas que los especialistas recomiendan seguir para proteger la vista de los niños y que los padres deben garantizar:

- El niño debe estudiar en una habitación que tenga buena iluminación, mucho mejor si esta es natural.
- Hay que enseñar al niño a leer a una distancia aproximada de medio metro del



Los problemas visuales más frecuentes en los más pequeños

texto. Si utiliza el ordenador debe asimismo guardar esa distancia con respecto a la pantalla.

- No ver la televisión a oscuras. Lo ideal es que la habitación esté iluminada con una luz

tenue situada cerca de las personas.

- Cuidar que el niño no se exponga a los rayos del sol, especialmente perjudiciales para la visión, en la playa y en la montaña.

A menudo el niño desarrollará los mismos problemas visuales que sus padres o abuelos, la mayoría de los cuales se pueden tratar perfectamente con gafas. Las lentillas no están recomendadas hasta que haya cumplido los catorce años, y, salvo en casos de estrabismos, la cirugía refractiva no se aconseja hasta llegar a la edad adulta, ya que el ojo no ha alcanzado en la niñez su maduración.

Miopía: Aquellos que la sufren no distinguen adecuadamente los objetos lejanos pero por el contrario ven muy bien los que están más próximos. Es el problema de visión más común del mundo, y suele padecerlo el 25% de la población occidental. La miopía se mide en dioptrías, iguales a la lente correctiva que se ha de usar para corregir el problema visual. Así

una persona con menos de tres dioptrías tendrá una miopía baja. De tres a seis dioptrías será una miopía media, y más de seis dioptrías se considera alta o severa, con riesgo de padecer más adelante desprendimiento de retina. La miopía suele ser hereditaria, pues aproximadamente el 90% de los niños miopes tienen antecedentes familiares con miopía.

La miopía puede tener repercusiones de tipo psicológico en el niño, ya que si este la sufre pero no usa gafas suele mostrarse más tímido en sus relaciones o parecer despistado.

Hipermetropía: Al contrario que con la miopía, el problema que sufre este problema no distingue bien

los objetos cercanos. Al forzar la vista para verlos mejor suele padecer picor de ojos, dolor de cabeza y lagrimeo frecuente. Este problema suele corregirse a partir de los cinco años de edad.

Astigmatismo: Este problema se da debido a una desigualdad en la curvatura de la córnea, que en vez de ser redonda se achata en los polos, por ello el niño que la sufre percibirá una visión deformada de las co-

sas, tanto de lejos como de cerca. El astigmatismo muchas veces se asocia conjuntamente a la miopía o a la hipermetropía, con síntomas de ambos problemas. Suele ser un defecto congénito y se corrige con gafas, lentillas o, en su momento, cirugía láser.

Ambliopía u ojo vago: La Ambliopía u ojo vago afecta a cuatro de cada cien niños en España. El ojo vago consiste en una pérdida parcial de la visión, bien en un ojo o en ambos. Puede corregirse completamente si se trata antes de los siete años de edad. En caso contrario puede acarrear una pérdida de visión del ojo afectado, ya que éste no se ha podido desarrollar adecuadamente.

Estrabismo: Consiste en una falta de paralelismo de los ojos. Se observa fácilmente ya que cada ojo mira en una dirección diferente. Es un problema grave que debe ser tratado de manera inmediata por un especialista. Existen numerosas técnicas que permiten corregir este trastorno: gafas especiales, obturación del ojo dominante de forma alterna con el otro, y programas de entrenamiento visual para reforzar la visión binocular. En todo caso, la detección precoz es esencial para establecer el equilibrio muscular y recuperar el paralelismo de los ojos. El tratamiento quirúrgico está indicado en los casos severos o que no se corrigen con los tratamientos tradicionales.

A menudo el niño desarrollará los mismos problemas visuales que sus padres o abuelos, la mayoría de los cuales se pueden tratar perfectamente con gafas