

PREVIR OS PROBLEMAS DE VISIÓN

O desenvolvemento da visión durante os primeiros anos de vida é moi importante, polo que é indispensable detectar o antes posible os defectos visuais dos nosos fillos e fillas.



Os trastornos visuais máis comúns durante a infancia son o ollo vago, a miopía e o estrabismo, este último aparece en moitos casos antes dos dous anos de idade.

O neno ou nena non sabe que ten un problema de visión. Se non vé ben non se queixará, porque pensa que todos ven igual ca el. Por iso depende das familias e da escola recoñecer se o neno/a vé ben cos dous ollos.



Estímase que un de cada vinte nenos e nenas en Educación Infantil, ten un problema de visión. Un problema visual pode ser a causa de malas notas no colexio, mal comportamento na casa, falta de atención,... xa que o neno ou nena esforzase pero non consegue acadar o un bo resultado.

POSIBLES SIGNOS DE ALERTA, que moitas veces pasan inadvertidos pero que indican que "algo pasa" ou que "algo non vai ben" aínda que ás veces é difícil darse conta senón estamos moi atentos:

- Le ou pinta achegando a cabeza ao papel máis do normal
- Frunce os ollos ou move moito a cabeza para ler.

- Cústalle aguantar máis de 15 minutos con actividades de papel.
- Quéixase de dor de cabeza, mareos ou náuseas.
- Quéixase de visión borrosa.
- Sente molestia ante a luz forte.
- Frega os ollos con frecuencia.
- Acércase demasiado á televisión.
- Ten dificultades na coordinación ollo-man.
- Ten as pálpabras hinchadas ou irritadas.
- Habitualmente chórannlle os ollos.
- Cubre ou entrepecha un dos seus ollos.
- Tropeza con frecuencia.
- No cine non aguanta quieto/a na butaca sen parar de moverse.



Se se observa algún destes síntomas débese consultar canto antes co especialista da visión ou co pediatra.

Tamén hai que tomar *maiores precaucións* cando existen determinados *antecedentes*:

- Se o nacemento foi dificultoso, pola posibilidade de que o neno/a sufrira unha falta de osíxeno.
- Se hai antecedentes familiares de problemas visuais.
- Se o neno/a tivo algunha lesión ocular.

Recoméndase realizar o primeiro control visual completo ao redor dos 3 anos, aínda que nunca advertísemos ningún tipo de dificultade visual.

A partir dos 5 anos débese facer un control anual, o neno comeza a súa etapa de lectoescritura e calquera problema de vista, por máis insignificante que sexa, pode provocarlle dificultades no estudo.



Tamén temos que recordar a importancia de contar con boas condicións para estudar (iluminación, altura da mesa-cadeira,...) e que hai que evitar que as actividades de ocio se limiten á Nintendo, á Play, á Wii,... porque no colexio e na casa cos deberes facemos bastantes actividades cercanas e o noso sistema visual precisa que o relaxemos constantemente con actividades nas que miramos ao lonxe como deportes, excursións na natureza, etc.

PREVIR OS PROBLEMAS DE OÍDO

O oído é un dos órganos que se atopa máis exposto a enfermidades como poden ser alerxias, otite, resfriados, etc. e se estos se repiten varias veces no ano a audición pode verse afectada ou lesionada de forma irreversible. Á súa vez, durante o proceso infeccioso, a audición pode verse afectada e o neno ou nena pode non captar nitidamente todos os sons o que o rodea, o que afecta ao seu rendemento escolar.

As perdas auditivas poden ser transitorias debido a algunha enfermidade, accidente, etc.

Cando un neno/a é moi pequeno podemos comprobar se escoita ben sorprendéndoos con sons fortes e observar as súas reaccións ante ese ruído. As mesmas poden ser sobresaltarse, xirar a cabeza cara o lado do que provén o son e incluso asustarse.



A medida que vai crescendo podemos darnos conta dun déficit auditivo cando pronuncia mal algún fonemas, distráese con facilidade, fala moi forte ou ten problemas de aprendizaxe.

Canto antes detectemos un problema de audición máis fácil será corrixilo ou axudar ao neno ou nena.

Algunhas accións que nos poden sinalar un déficit na *audición* dun neno son:

- Adoita estar demasiado tranquilo aínda que ao seu redor haxa ruído.
- Non xira a cabeza ao escoitar ruidos familiares como a voz dos seus pais, o timbre da casa, o ruído do coche, etc.
- Non se altera ante un ruído forte: portazos, caída de obxectos, etc.
- Non responde ao seu nome.
- Pasados os dous anos non fala nin di palabras clave como "mama", "agua", etc.
- Pasados os tres anos non elabora ningunha frase.