

## **COTTET: El entrenamiento visual, ayuda clave para mejorar el rendimiento escolar**

### [Multimedia](#)

**Hay síntomas y signos que pueden estar relacionados directamente con un problema visual, que no se puede solucionar únicamente con el uso de gafas, pero sí con un entrenamiento visual. Especialistas recomiendan la realización de exploraciones optométricas periódicas para detectar a tiempo posibles problemas de visión. Uno de cada tres casos de fracaso escolar se relaciona con un problema de visión no identificado**

Tener una buena salud visual y mantener las revisiones periódicas son, sin duda, imprescindibles para lograr la máxima calidad de aprendizaje en la etapa escolar. Si además se suma la situación actual de pandemia con posibles rebrotes y confinamientos que puedan surgir, es necesario que los niños se realicen exámenes de detección de posibles problemas visuales. Los más comunes son la miopía, el astigmatismo y la hipermetropía, pero también hay otras disfunciones de la visión binocular detectadas que hay que analizar a fondo y que pueden afectar a su rendimiento escolar.

Hay síntomas y signos que pueden estar relacionados directamente con un problema visual y que no se puede solucionar únicamente con el uso de gafas, reconoce Fabio Delgado, director óptico de Cottet: “hay que estar alerta si el niño se salta palabras al leer, confunde letras, tiene dificultad de concentración, mala caligrafía o lee más despacio que los demás, porque podría tener un problema que dificulte su aprendizaje. Es necesario realizarse exploraciones optométricas anuales a partir de los 3 años y cribajes en las escuelas entre los 5 y los 9 años para detectar a tiempo y trabajar esas posibles deficiencias”.

En España, según el Consejo General de Colegios de Ópticos-Optometristas (CGCOO), el 30% del fracaso escolar está relacionado con alteraciones de la visión no diagnosticadas.

Pasos a seguir para la detección de problemas en la función visual infantil que no se solucionan solo con el uso de gafas

Hay síntomas y signos que pueden alertar de un posible problema en la función visual de los niños, aunque ya lleven gafas graduadas. Estos pueden ser los más habituales:

Dolor de cabeza • Se salta palabras al leer • Borrosidad • Confunde letras • Picor en los ojos • Mala comprensión lectora • Ojos rojos • Lee más despacio que los demás • Le molesta la luz • Vocaliza cuando lee en silencio • Dice ver doble • Desvía un ojo • Se cansa al trabajar de cerca • Tiene dificultad de concentración • Se tapa un ojo • Mala caligrafía • No le gusta leer • No sabe cuál es la derecha

o la izquierda.

Si se dan alguna de estas situaciones, se recomienda realizar un examen visual que requiere de una exploración específica. En una revisión convencional se estudia la salud ocular, agudeza visual y la refracción, mientras que con pruebas adicionales se explora la acomodación, la visión binocular, la motilidad ocular y las habilidades visuo-perceptivas.

Programa de entrenamiento visual: mejora del rendimiento escolar y la motivación

El entrenamiento visual es un programa de apoyo personalizado clave para ayudar a niños con síntomas y signos que pueden repercutir en el rendimiento escolar, sin que se tenga conocimiento de ello.

Esta metodología trata de mejorar las habilidades visuales, que aparecen alteradas, para obtener un rendimiento visual superior. Tal y como indica el experto de Cottet: "la salud visual va más allá de revisar la graduación. Hay que realizar una exploración específica y según resultados seguir un programa de entrenamiento visual con el objetivo de que la vista trabaje de una manera eficiente, pueda percibir, procesar y comprender mejor la información que recibe. Una buena capacidad lectora es determinante en la etapa escolar para una correcta evolución del niño y para lograrlo es especialmente importante analizar las habilidades visuales relacionadas con las tareas de cerca. La revisión visual inicial aportará todas aquellas respuestas necesarias para que el programa de entrenamiento refuerce positivamente el rendimiento escolar. De lo contrario puede derivar en dificultades de aprendizaje".

¿Cómo se desarrolla un entrenamiento visual?

El entrenamiento visual puede tener una duración de entre 4 y 6 meses. El número total de sesiones dependerá del problema que presente el niño, de la motivación y del cumplimiento del entrenamiento en casa. Integra:

- Examen visual Infantil completo en el que se evalúa la agudeza visual y el estado refractivo. En los niños, hay otras áreas visuales que requieren de una exploración específica para descartar posibles problemas de aprendizaje.
  
- Plan personalizado de reeducación según la problemática de cada caso.
  
- Fase intensiva inicial, en la que se trabajan las habilidades visuales deficientes, mediante sesiones en consulta de 30-40 minutos y trabajo en casa (que ocupará unos 15 minutos diarios).
  
- Fase de mantenimiento, en la que se consolidan los resultados obtenidos en la fase intensiva tanto en consulta como en casa.

Tipos de programas de entrenamiento visual

Acomodativo

El control de la acomodación, que es la capacidad de enfoque en las tareas de cerca, proporciona una lectura más relajada y eficaz, sin molestias ni dolores de cabeza. Permite realizar cambios de una distancia a otra sin dificultad y mejora la capacidad de concentrarse.

#### Binocular

Un mal control de la visión binocular puede causar que la lectura se vea afectada y sea necesario releer con frecuencia. Puede causar frecuentes pérdidas de lugar al leer o al copiar de la pizarra, dolor de cabeza y supresión ocasional.

#### Oculomotor

El control oculomotor permite leer sin tener necesidad de atender a detalles internos de las palabras. Utilizando otras estrategias, aumentamos la velocidad lectora. Un control pobre de los movimientos oculares puede requerir excesiva concentración en la lectura, dificultando su comprensión. Las omisiones, sustituciones y errores pueden ser debidos a un control inexacto de los movimientos oculares.

#### Visuo-perceptivo

Las habilidades visuo-perceptivas son necesarias para el reconocimiento y la discriminación de estímulos visuales, de manera que puedan interpretarse correctamente. Son habilidades que se utilizan en leer, escribir, cortar, pintar, jugar a la pelota, aprender conceptos matemáticos, etc. El entrenamiento visuo-perceptivo se basa en el trabajo de conceptos de organización y manipulación visual del espacio, desarrollo del esquema corporal, mejora de la memoria y discriminación visual, y mejora de la coordinación ojo mano, necesaria para coordinar los estímulos visuales con respuestas motoras.

Fabio Delgado de Cottet apunta un dato importante y es que el 90% de lo que se aprende es a través de la visión por ello “hay que observar que si un niño debe realizar mucho esfuerzo para compensar sus deficiencias visuales, se cansará al leer, no querrá estudiar, se distraerá con mucha facilidad e incluso tendrá dificultades para practicar algunos deportes. Con un programa de entrenamiento visual, la mejora es muy significativa y ganará en seguridad y motivación”.

[www.cottet.com](http://www.cottet.com)

---