

## **Cottet: Una buena visión puede ser clave entre el éxito y el fracaso en las aulas**

### [Multimedia](#)

**Uno de cada tres casos de fracaso escolar se relaciona con un problema en la visión. Familias y profesores tienen un rol fundamental para detectar posibles complicaciones visuales. Es necesario hacer exploraciones optométricas anuales a partir de los 3 años y cribajes en las escuelas entre los 5 y los 9 años**

Empieza un nuevo curso académico y con el regreso a las aulas, Cottet, experto en salud visual, recomienda la realización de una revisión visual completa en niños y adolescentes para detectar a tiempo si existe algún problema que pueda afectar a su rendimiento, ya que una buena visión puede ser clave entre el éxito y el fracaso en las aulas.

De la misma forma que los niños crecen y cambian su fisonomía de un año para otro, lo hacen sus ojos y su visión. Por ello expertos de Cottet advierten que los exámenes visuales deben ser periódicos, en edades tempranas a los 2-3 años, que es cuando pueden empezar a desarrollar, bien por causas naturales o por factores genéticos, miopía, hipermetropía, astigmatismo, ojo vago, o estrabismo. Entre los 3 y 5 años de edad es conveniente someterse a un examen anual ya que el cerebro en estas edades se adapta a estos problemas visuales lo que complica su detección a medida que pasa el tiempo. En cuanto a los niños en edad escolar y los adolescentes sin problemas de visión, es recomendable realizarla cada 12 a 18 meses, aunque no haya señales de posibles alteraciones.

### Signos que apuntan a problemas de visión

Si no se han desarrollado correctamente ciertas habilidades visuales por algún problema no detectado, el niño deberá realizar mucho esfuerzo para compensar esas deficiencias y el aprendizaje será difícil generándole un estrés importante y una sensación de fracaso.

Durante las horas que los niños y adolescentes están en casa, los padres pueden participar en el seguimiento de un posible problema visual y estar alerta a algunas señales como: si entorna los ojos mientras lee, si se aproxima en exceso durante las tareas o cuando usa pantallas de tv, ordenador o el móvil o bien si se queja de una visión borrosa.

Según Fabio Delgado, director óptico de Cottet: "Ver bien es imprescindible para aprender mejor y que el curso sea un éxito. Cuando ciertas prácticas visuales no se han desarrollado por una visión borrosa, el aprendizaje es difícil y aumenta el desinterés de los niños. Acompañarle en este proceso es fundamental y se

sentirá fortalecido en cuanto se detecte y corrija el posible problema visual que tenga”.

#### Concienciar a padres y escuelas

Con la vuelta a la rutina escolar una de las preocupaciones a las que se enfrentan padres y profesores es lograr un clima saludable de motivación que capte la atención de los alumnos, ya que según avanzan de curso la exigencia es cada vez mayor y está en juego su aprendizaje. De la misma forma crece la demanda de sus habilidades visuales por ello es necesario que el profesorado esté alerta a posibles comportamientos que, a priori, pueden parecer comunes y cuyo origen puede estar en una mala visión.

El Consejo General de Colegios de Ópticos-Optometristas también alerta que las familias, además de los profesores, tienen un rol fundamental para detectar estos problemas visuales mediante una serie de recomendaciones sencillas:

- Prestar atención a si el niño se acerca mucho a los libros o a la televisión.
- Distracción continuada al leer y baja comprensión de lo leído.
- Valorar si el niño se fatiga cuando está sometido a estímulos visuales.
- Mala escritura a mano.
- Si el niño acusa de tener la visión borrosa, tanto de lejos como de cerca.
- Fijarse en si entorna los ojos para mirar o fijarse en detalles lejanos.
- Observar si adopta posiciones de tortícolis (cuello torcido) cuando lee o hace los deberes, que a la larga pueden manifestarse como dolores de cuello o espalda.
- Astenopia (visión borrosa, fatiga visual y dolor de cabeza) con frecuencia.
- Hiperactividad durante la clase.
- Inversión de letras.
- Bajo rendimiento escolar.

El estudio realizado por la Asociación Visión y Vida concluye que uno de cada tres casos de fracaso escolar se relaciona con un problema de visión: “Las cifras hablan por sí solas y se deben de tener muy en cuenta para concienciar a todos los ámbitos implicados. Como expertos en salud su misión es sensibilizar tanto a familias como a escuelas sobre la importancia de las revisiones visuales

infantiles y en adolescentes para evaluar a tiempo posibles alteraciones y descartar problemas que afecten negativamente al rendimiento escolar. Es necesario hacer exploraciones optométricas anuales a partir de los 3 años y cribajes en las escuelas entre los 5 y los 9 años. Teniendo en cuenta que el aprendizaje del ser humano depende un 80% de la visión, hay que ser muy consciente de lo que implica ver bien“, indica Fabio Delgado.

#### Deporte paraescolar y visión

El estado de la visión durante la realización de actividades deportivas requiere también especial atención. La anticipación, coordinación y la ejecución de las acciones requieren de una buena visión. Por el contrario, sentirse cansado, no mostrar interés o tener problemas de concentración, pueden ser la causa de una alteración visual. Cuando el déficit afecta a la vista de lejos, el rendimiento deportivo se ve más afectado, provocando en los niños una sensación de fracaso que puede influir en su calidad de vida.

Una vez detectadas las disfunciones, y si los niños necesitan una graduación, deben llevar gafas deportivas de protección específicas, que le aconsejará el experto, para una práctica cómoda y segura. Del mismo modo que hay variedad de calzado según su uso, y/o tipología de deporte, en el sector de las gafas y visión también se encuentran gafas específicas para el deporte (gafa homologada para baloncesto, gafas de natación, gafa para el pádel, etc.) Cottet es especialista en visión deportiva.

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

\*Fuentes: Cottet Óptica y Audiología, CGCOO, Visión y Vida.

---