

10 MENSAJES PARA LLEVAR A CASA PARA LOS PADRES/CUIDADORES

1. Los niños con buena visión aprenden mejor, prestan más atención durante las actividades, participan más en las actividades del aula y han mejorado la confianza y el comportamiento.
2. La mayoría de los problemas oculares no son como un pequeño roce que puede ver y que requieren una venda. Su hijo puede tener un problema de visión que no verá.
3. Los niños generalmente no saben que tienen un problema de visión; así que probablemente no se lo dirán. Llevar a su hijo a un examen ocular si recibe una referencia de evaluación de la vista es la única forma en que lo sabrá.
4. No podemos ver que los niños no pueden ver. Raramente sabrá que su hijo tiene un problema de visión porque no puede ver la mayoría de los problemas de visión.
5. Una evaluación de la vista y un examen ocular si su hijo no aprueba la evaluación de la vista le informarán si tiene un problema de visión.
6. Lleve a su hijo a un examen ocular si su hijo no (o no) aprobó una evaluación de la vista para ayudarlo a tener la mejor visión posible.
7. Siga las sugerencias del optometrista si su él dice que su hijo tiene un problema de visión. El médico puede recetar anteojos, un parche en el ojo u otro tratamiento.
8. Cuídese sus propias necesidades de visión.
9. Hágase un examen ocular si no se ha hecho un examen ocular en los últimos 2 años y pregúntele a su optometrista con qué frecuencia debe regresar para otro examen ocular.
10. Obtenga y use anteojos recetados si su optometrista le dice que necesita anteojos.



7 CONSEJOS PARA LA VISITA AL OCULISTA DE SU HIJO

Los siguientes 7 consejos lo ayudarán a aprovechar al máximo el viaje de su hijo al optometrista.

1. Pregunte a sus familiares, amigos y vecinos si saben el nombre de un oftalmólogo que sea bueno con los niños.
2. Programe la cita para un momento en que es probable que su hijo no tenga sueño o hambre. Por ejemplo, si su hijo tiene una hora del día “malhumorada”, programe alrededor.
3. Haga una lista de sus preguntas y traiga la lista a la cita. Tome notas cuando hable con el optometrista, para que pueda consultarlas más tarde.
4. Tenga un plan listo en caso de que necesite pasar tiempo en la sala de espera. Por ejemplo, traiga un libro de cuentos favorito, un libro para colorear, un juguete pequeño con el que su hijo pueda jugar en silencio y un bocadillo saludable en caso de que su hijo tenga hambre.
5. Deje que su hijo vea a un miembro de la familia hacerse un examen ocular. Pídale al optometrista que le explique cada paso y, según la edad de su hijo, aliéntelo a hacer preguntas.
6. Traiga el juguete o muñeca favorita de su hijo a la sala de examen ocular. El optometrista puede “examinar” al oso o la muñeca.
7. Relajarse. Los niños buscan señales en los adultos: si está nervioso, su hijo estará nervioso. Un viaje al optometrista debería ser divertido para los dos.

Este video, de nuestros amigos de Prevent Blindness Wisconsin, le dará una mejor comprensión del proceso de examen ocular pediátrico y la importancia de una visión saludable para su hijo:

“El examen ocular de su hijo con la Dra. Tracey Strombeck”

<https://www.youtube.com/watch?v=ebzOAI9mjug>

Para obtener más información sobre su visión o la visión de su hijo, visite la sección Recursos para padres del sitio web “Pequeños pasos para una gran visión: un kit de herramientas de información sobre salud ocular para padres y cuidadores”:
<https://nationalcenter.preventblindness.org/small-steps-for-big-vision/>



“Pasos pequeños para un gran visión” es una iniciativa del National Center for Children’s Vision en Prevent Blindness (www.nationalcenter.preventblindness.org). Para más información contactar: info@preventblindness.org

Este proyecto cuenta con el apoyo de la Health Resources and Services Administration (HRSA) (administración de recursos y servicios de salud) del Departamento de Salud y Servicios Humanos de

los Estados Unidos (HHS) como parte de un premio por un total de \$300,000 con un 5% financiado con fuentes no gubernamentales. Los contenidos son los del autor(es) y no representan necesariamente los puntos de vista oficiales ni el respaldo de HRSA, HHS o el gobierno de los EE. UU. Para obtener más información, visite HRSA.gov