



Handy Handouts®

Folletos educativos gratuitos para maestros y padres

La importancia de la coordinación visual para el trabajo escolar y el juego

por Becky L. Spivey, M.Ed.

¿Qué es la coordinación ocular?



La coordinación ocular es la capacidad de ambos ojos para trabajar juntos como un equipo. Cada uno de tus ojos ven una imagen ligeramente diferente y su cerebro, mediante un proceso llamado fusión, combina estas dos imágenes en una imagen tridimensional. Buena coordinación visual mantiene los ojos en la alineación adecuada.

¿Cómo afecta la mala coordinación ocular a la visión?



Dado que las imágenes que ve cada ojo deben ser prácticamente las mismas, una persona con el control de los músculos oculares inconscientemente debe hacer un esfuerzo adicional para mantener la alineación de los ojos. En casos más graves, los músculos no pueden ajustar los ojos para ver la misma imagen, por lo tanto, ocurre visión doble. Dado que el cerebro intenta evitar ver doble, eventualmente aprende a ignorar la imagen enviada por un ojo. Esto puede resultar en una afección grave de la visión comúnmente conocida como ojo vago o *ambliopía*.

¿Qué causa la mala coordinación ocular?



La mala coordinación ocular es el resultado de una falta de desarrollo adecuado de la visión o control de los músculos del ojo desarrollado incorrectamente. La coordinación ocular es una habilidad desarrollada. Aunque es poco común, una lesión o incluso una enfermedad pueden provocar una mala coordinación ocular.

¿Cómo diagnostica un médico la mala coordinación ocular?



Un examen completo realizado por un médico en optometría puede determinar el grado, si lo hay, de problemas de visión, coordinación o cualquier otro problema relacionado con los ojos.

¿Cómo trata el optometrista la mala coordinación ocular?



Los optometristas generalmente tratan la mala coordinación ocular recetando anteojos o terapia visual. El éxito para lograr la coordinación ocular adecuada es bastante alto. A veces, la coordinación ocular mejorará cuando el optometrista trata otras afecciones de la visión como miopía (mejor visión de cerca que de lejos) o hipermetropía (mejor visión de lejos que de cerca). En algunos casos, puede ser necesaria una cirugía.

¿Cuáles son algunos de los signos y síntomas de una mala coordinación ocular?



En los adultos, los signos y síntomas que indican una mala coordinación ocular incluyen visión doble, dolores de cabeza, ojos y fatiga corporal, irritabilidad, mareos y dificultad para leer y concentrarse. Los niños pequeños pueden no ser capaces de verbalizar o explicar si están experimentando estos mismos síntomas; por lo tanto, profesores y padres debe estar atentos a los niños que se cubren un ojo, se saltan las líneas o pierden su lugar mientras leen o escriben, leer materiales cerca de la cara, exhibir un bajo rendimiento deportivo, evitar tareas que requieran un trabajo cercano, o cansarse fácilmente después de realizar tareas simples.

¿Cómo afecta la mala coordinación visual a la lectura y al rendimiento deportivo?



Aproximadamente el 10% de los niños en edad escolar tienen problemas para coordinar sus ojos o para "trabajar en equipo". Leer requiere que los ojos apunten al mismo lugar en la página impresa, así como la capacidad de mantener esta coordinación mientras los ojos recorren la página. Los ojos de los niños con problemas de coordinación tienen sus ojos que convergen en un punto más allá de la página. En algunos casos, los ojos incluso tienen una distancia focal diferente. Cuando esta condición permanece sin descubrir, el niño



Handy Handouts®

Folletos educativos gratuitos para maestros y padres
(cont.)

tiene que luchar con los ojos para que se enfoquen en la página. Esto provoca fatiga visual, así como dificultades para concentrarse y permanecer concentrado. Algunos de estos niños incluso se pueden diagnosticar erróneamente que padecen un trastorno por déficit de atención porque algunos de los síntomas son similares.

Los problemas de coordinación ocular también pueden ser un factor en los niños diagnosticados con dislexia. Cuando los niños intentan hacer que sus ojos se muevan a través de una línea impresa en un libro, a veces un ojo pierde la coordinación y avanza o retrocede una letra o dos. Esta puede ser una de las razones por las que el niño invierte las letras o palabras. La coordinación ocular suele ser la causa real de algunos síntomas y puede ser confundido con ADD y dislexia. Como primer paso, haga examinar los ojos del niño para eliminar las barreras físicas a la vista normal.

Los juegos y deportes al aire libre son otra parte importante y divertida de la vida de los niños. Ya sea jugando a atrapar en el patio trasero o participando en deportes de equipo en la escuela, la visión juega un papel importante en el desempeño. Un niño que constantemente realiza una habilidad deficiente en un deporte, como golpear siempre la parte delantera del aro en baloncesto o balancearse tarde en una bola lanzada en béisbol, puede tener una visión problemática. Si las habilidades visuales no son adecuadas, el niño puede seguir teniendo un desempeño deficiente.

Las habilidades visuales específicas necesarias para los deportes incluyen:



- Visión de lejos clara.
- Buena percepción de profundidad.
- Amplio campo de visión.
- Coordinación eficaz entre ojos y manos.

¿Cuándo deben los padres revisar la vista de un niño?

Desafortunadamente, los padres y maestros a menudo asumen que si un niño aprueba un examen de la vista en la escuela, entonces no hay problema de la visión. Sin embargo, los exámenes de la vista en la escuela generalmente evalúan solo la agudeza visual para la distancia. Un niño que ve 20/20 todavía puede tener un

problema de la visión porque las habilidades visuales necesarias para la lectura y el aprendizaje exitosos son mucho más complejos.

Los cambios en la visión pueden ocurrir rápidamente sin que su hijo (o usted) los note. Incluso si un niño aprueba en la escuela el examen de la vista, los optometristas (oftalmólogos) recomiendan un examen completo que comience tan pronto como seis meses, nuevamente a la edad de tres años, y luego cada dos años o con mayor frecuencia si el niño:



- Muestra cualquier signo o síntoma de un problema de la visión mencionado anteriormente, o si existen otros factores de riesgo.
- No se está desempeñando a la altura de su potencial con el trabajo escolar o los deportes, a pesar de que son bastante fáciles.
- Es capaz de lograr (aunque sea mínimamente), pero usa demasiado tiempo y ejerce un esfuerzo adicional para hacerlo.

Cuanto antes un optometrista pueda detectar y tratar el problema de la visión, más probable será el tratamiento exitoso. Si es necesario, el optometrista puede recetar anteojos, lentes de contacto o terapia de la vista para corregir los problemas de la visión y mejorar la visión para el rendimiento escolar o deportivo.



Recursos:

American Optometric Association – retrieved June 2015 from <http://www.aoa.org/patients-and-public/eye-and-vision-problems/glossary-of-eye-and-vision-conditions/eye-coordination?so=>
College of Optometry in Vision Development – *Signs & Symptoms of Learning-Related Vision Problems* retrieved July 2015 from <http://www.covd.org/?page=Symptoms>

Doctors of Optometry – Canada retrieved July 2015 from <http://doctorsofoptometry.ca/eye-coordination-difficulties/>

Más Handy Handouts® GRATIS, visite www.handyhandouts.com