

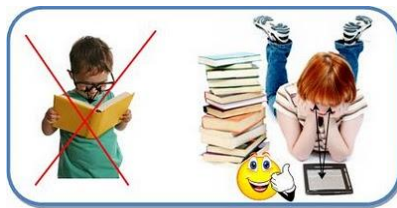


En Septiembre todos empezamos nuestro “año escolar” -no sólo los niños-, tanto si nos fuimos en Junio, en Julio o en Agosto de vacaciones, o como si no nos fuimos. En verano todos bajamos nuestro ritmo de trabajo; el buen tiempo, el calor, los niños sin cole, y quizás, nuestras ciudades más vacías y tranquilas, hacen que disfrutemos más nuestro tiempo y no sigamos el ritmo frenético del resto del año.

Por ello, nuestro sistema visual está mucho más relajado. En vacaciones, si leemos es por ocio o si hacemos alguna tarea en distancia de cerca, es porque estamos retomando alguna afición olvidada. En cualquiera de esos casos, la tensión es mínima y logramos estar descansados y relajados.



Así, a partir de **Septiembre es el mejor momento para hacernos una revisión de nuestra visión**. Ésta estará en su estado más puro y relajado, dará valores más reales, tanto en cantidad como en calidad de visión (graduación, enfoque, fusión, percepción, agudeza visual, integración con otros sistemas sensoriales,...); además, emocionalmente todos estamos más tranquilos cuando volvemos de vacaciones.



Por tanto, **antes de retomar el ritmo acelerado de todo el año y los niños ir al Cole, es recomendable hacerse un chequeo completo de la visión**. Sobre todo en los niños para comprobar que su sistema visual está en pleno rendimiento (sin nada que lo altere). Si es importante en un adulto, imaginarnos lo importante que es en un niño, donde cualquier problema visual puede dificultar su correcto aprendizaje en la lectura o en la escritura, en su coordinación ojo-mano, en su desarrollo motor, en su equilibrio para realizar cualquier deporte, en su percepción, en su integración de la información visual con la de otros sentidos... Todo esto le creará limitaciones sociales que irán en perjuicio de su desarrollo, su personalidad y su carácter.

**Cualquier obstáculo que se le presente durante su continuo desarrollo visual puede ser determinante y llegar a alterar “ el procesamiento de la información visual ”**

Para comprobar que todo está bien, para poner solución si existiera un problema visual antes de que surjan los síntomas, o sencillamente para recibir unas pautas de [Normas de Higiene Visual y de Ergonomía](#) por parte del Optometrista, siempre se debería pasar una revisión sobre estas fechas.

**Por eso, es muy importante un DIAGNÓSTICO PRECOZ a estas edades; y tanto padres como educadores son los responsables de detectar cualquier mínimo problema que presente el niño en la realización de sus tareas diarias y dirigirlos al especialista para su correcta valoración.**

D.O.O EDUARDO ROMO CAICEDO

Nº DE COLEGIADO: 15.901

ÓPTICA FÁBREGAS