

Consulta remota

Oftalmología infantil

¿Cómo saber cuando un niño necesita usar anteojos?

Hay distintas maneras de advertir que un niño necesita lentes y eso será dependiendo de la edad de cada uno. Cuando los niños son muy chiquititos es difícil, pero hay ciertos *tips* que se pueden tener en mente: una causa bien común de consulta es que los niños pestañean muy frecuentemente. También, puede que vayan retrasados en el desarrollo psicomotor, a veces, en términos de psicomotricidad gruesa o en psicomotricidad fina. O hay guaguas que no han empezado a caminar o están temerosas de subir y bajar escaleras y eso es porque no ven bien. Ahí hay que consultar.

Otra causa común en edad preescolar es que chocan con las cosas o se caen frecuentemente. O directamente que debuten con estrabismo, es decir, que los papás estén notando que hay un ojo que se desvía.

En niños más grandes es frecuente que consulten al oftalmólogo porque presentan dolor de cabeza o los padres encuentran que el hijo se acerca mucho al televisor o que, cuando leen libros, entrecierran mucho los ojos.

En el colegio, por ejemplo, se puede notar a quienes probablemente deban usar anteojos porque son los escolares que se paran para poder mirar el pizarrón.

Responde: Bernardita Álamos Leal, oftalmopediatra y cirujana de estrabismo en niños y adultos de Clínica Universidad de los Andes.

Mande su pregunta al correo saludybienestar@mercurio.cl

Como consejo para saber qué gafas son las más adecuadas para los niños, la primera recomendación es que quien los va a usar se pruebe el marco y escoja el que a él o ella le quede más cómodo. A veces en las ópticas dicen que es necesario que sea un marco plástico o de silicona, pero no necesariamente a todos les queda cómodo. Y es súper importante que el mismo niño o niña determine cuál es el que le queda mejor y que sean del color que más le guste, para que así se quiera poner los lentes.

Otro de los puntos relevantes es que el marco tiene que ser de un material flexible, resistente, liviano y de tamaño más o menos grande, para que el área que abarca el cristal esté centrada en toda el área ocular. En otras palabras, ojalá que el marco abarque hasta por lo menos la ceja, para que así el usuario esté mirando siempre a través del cristal en todas las posiciones de mirada.

También es clave considerar un marco que idealmente tenga un sistema que le permita apoyarse bien en la nariz, porque como los chiquititos no tienen todavía un buen desarrollo del área nasal, es importante que tenga alguna almohadilla de apoyo sobre la nariz o algún puente que le permita que se apoye de buena manera frente a los ojos. Si no, los niños tienden a mirar por sobre el antejo y ahí obviamente te das cuenta de que no es un marco que esté bien diseñado para la carita de ese pequeño.

En esta línea, el lente también debe contar con un sistema que le permita

mantener su posición. Yo les digo a los papás que traten de buscar algún elemento, por ejemplo las patitas de silicona, que las venden aparte en algunas ópticas, o los tirantes de este mismo material, que permiten que el marco no se caiga. Esta sujeción ayuda a que los anteojos mantengan una buena posición.

Hay muchos detalles que hay que considerar. Otro de ellos es que los lentes no deben quedar muy encima de los ojos, porque, si no, a los niños les rozan las pestañas o se les empañan y de esta manera, por mucho que vean mejor, no van a querer usarlos.

En general, además del marco y todas las características necesarias mencionadas anteriormente, a los padres les sugiero que manden a hacer gafas ópticas que sean de policarbonato u orgánico, que es un material que en el fondo no es cristal de vidrio, sino que plástico, a los que les ponemos una técnica que se llama *high light*, que ayuda a que sean lo más delgados posible.

También hay algunas ópticas que se dedican a hacer lentes deportivos. Porque por mucho que un niño tenga unos anteojos muy adecuados y necesite usarlos de forma permanente, a veces cuando hace ciertos deportes, no le resultan muy cómodos. Entonces se pueden mandar a hacer lentes especiales para natación, para esquí, u otros más resistentes para deportes de contacto.



CLÍNICA U. DE LOS ANDES