

SENDERO HACIA UNA VISTA SALUDABLE

REVISIÓN ► EXAMEN DE LOS OJOS ► TRATAMIENTO

Las revisiones de rutina de la vista son importantes para el crecimiento y las etapas del aprendizaje infantil. Se debe revisar la vista de los niños y niñas:



POR PRIMERA VEZ A LOS 6 MESES DE EDAD



POR LO MENOS UNA VEZ ENTRE LOS 3 Y 5 AÑOS DE EDAD



CADA 1 A 2 AÑOS DURANTE LA ESCUELA PRIMARIA



La vista saludable es un sólido pronosticador del desempeño académico de niños y niñas en edad escolar

80%

80% del aprendizaje infantil es a través del uso de los ojos



1 de cada 4 niños/as de edad escolar tiene problemas de la vista

27%

A sólo el 27% de los niños/as de Arizona de 5 años de edad y menores se les hacen revisiones de la vista **iEl porcentaje más bajo del país!**

La coalición Eyes On Learning Vision Coalition es un dedicado grupo de organizaciones estatales, locales y nacionales con un compromiso colectivo hacia la salud de la vista y el éxito en el aprendizaje para todos los niños de Arizona.



Únase nos: eyesonlearning.org



Etapas de la Infancia para Una Vista Saludable y la Alfabetización Temprana

ETAPAS

En estas edades un/a niño/a...

ACCIONES

Cómo puede usted interactuar en estas edades...

Se puede enfocar en la cara de su padre/madre/un adulto (de 8 a 10 pulgadas de distancia).

Tiene buena visión del color.

Usa simultáneamente los ojos y las manos para recoger y lanzar objetos.



Nacimiento



6 meses



1 año

Hable con su bebé desde alrededor de 8 a 10 pulgadas de su carita.

Juegue con juguetes que su bebé pueda agarrar, jalar, o patear mientras usted habla y canta.

Juegue a las escondidillas con juguetes o con su cara.

Haga que el pediatra de su bebé le revise los ojos durante su visita de bienestar infantil.

Usa bien los ojos y las manos simultáneamente y ve si los objetos están lejos o cerca.

Clasifica objetos por forma y color.

Usa los ojos, las manos, y movimientos corporales grandes simultáneamente, lo cual es importante para leer y escribir.

Continúa ajustando la habilidad de los ojos para enfocarse y seguir a los objetos en movimiento.



2 años



3 años



4 años



5 años

Provea papel y crayolas gruesas para que practique los inicios de la escritura.

Hablen juntos sobre las formas, los colores y el número de objetos cuando juegue con su hijo/a.

Haga tiempo para edificar y apilar, rodar y lanzarse una pelota entre sí, colorear, dibujar, y recortar con tijeras especiales para niños/as.

Llámele la atención hacia las letras en los rótulos. Hable sobre los sonidos de las letras.

Lleve a su hijo/a a su primera revisión de la vista.

Empieza a leer palabras en la página.

Usa la vista saludable para ser un/a buen/a lector/a.

Lee libros con capítulos. Ahora está aprendiendo alrededor de 3,000 palabras al año.



6 años



7 años



8 años

Asegúrese de que le hagan a su hijo/a revisiones regulares de la vista.

Desarrolle el vocabulario a través de la lectura. Limite el tiempo ante la pantalla para fomentar la lectura.

Préstele atención a las quejas de dolores de cabeza, ardor/picazón en los ojos, o si se brinca palabras cuando lee. Dele seguimiento con un examen de los ojos con un oculista (doctor de los ojos).