

6 claves para cuidar la vista de tu bebé

¿Me está mirando? ¿Cómo se sabe si hay alguna anomalía? ¿Cuándo se les debe llevar al oftalmólogo? Descubrimos, de la mano de los expertos, cómo se deben cuidar los ojos de los niños.



El sistema visual del bebé es inmaduro al nacer y se desarrolla progresivamente. De hecho, el desarrollo del menor y la estimulación visual van de la mano. Por eso es importante estar atentos a los cambios que se van produciendo poco a poco y llevarlo a la primera revisión oftalmológica durante el primer año de vida.

Lucía Mi Pediatra, médico especialista en pediatría y escritora, y el doctor Carlos Laria, director de Oftalmología Pediátrica y Estrabismo de Clínica Baviera, resuelven en seis claves todas las inseguridades de los padres para identificar si los pequeños sufren problemas de visión.

1. Cuándo empiezan a ver los bebés. Una de las dudas que más tienen los padres primerizos es cuándo empiezan a

ver los bebés y cómo es esa visión. A este respecto, Lucía Mi Pediatra aclara que, a diferencia de otros sentidos, el proceso de desarrollo de la visión es progresivo. Al principio los bebés solo perciben bultos, luces y sombras; a los dos meses son capaces de reconocer la cara de los padres si están muy cerca e incluso sonreír (lo que se denomina 'sonrisa social'); a los tres meses ya pueden realizar un seguimiento visual de 180° y seguirnos con los ojos si nos movemos cerca de ellos; pero no es hasta los seis o siete meses de vida cuando el niño comienza a percibir con calidad los colores y la profundidad. No obstante, la maduración visual no se alcanza hasta los seis u ocho años de vida.

2. El color de los ojos. Se trata de una de las primeras cosas a las que prestan atención los padres nada más nacer el niño. No hay una regla generalizada sobre cuándo el bebé adquiere su color de ojos definitivo, sino que es un proceso individual, como el ritmo al que les crece el pelo. El Dr. Laria aclara que "algunos adquieren a los seis meses el color que tendrán durante el resto de su vida, mientras que en otros puede tardar más de un año en definirse".
3. Cómo actuar si le lagrimea un ojo. Es bastante frecuente que esto ocurra durante los primeros meses de vida, ya que muchos bebés, al nacer, tienen el conducto lacrimal que comunica con la nariz obstruido. De esta manera, la lágrima que producen los ojos se acumula y puede suponer un foco de infecciones, legañas y de lagrimeo continuo. Durante los primeros 6 meses de vida este problema puede tratarse mediante lavados y masajes sobre el conducto lacrimal varias veces al día. Si no se resolviera, el oftalmólogo puede realizar una sencilla operación quirúrgica llamada 'sondaje' para permeabilizar el conducto y evitar las infecciones recurrentes.
4. Legañas y ojos pegados. Otro problema muy frecuente al que se enfrentan muchos padres es que los niños se

pueden levantar un día con los ojos pegados y llenos de legañas. Pero tal y como nos explica Lucía, “las conjuntivitis, a pesar de ser muy molestas, no suelen suponer ninguna repercusión importante ni consecuencia grave para la vista. Ante esta situación, se debe lavar el ojo con suero fisiológico y gasas estériles y huir de tratamientos caseros, como la manzanilla, y acudir al pediatra para que lo valore e indique un tratamiento antibiótico adecuado, si fuera necesario”.

5. Cuando el bebé tuerce un ojo. Tener la impresión de que los recién nacidos bizquean es algo muy habitual, y suele ser motivo de alarma entre los padres. En los primeros 2-3 meses de vida el sistema visual es muy inmaduro y a los bebés les cuesta mucho enfocar. Además, al tener la nariz tan pequeña puede dar la impresión de un falso estrabismo. Una vez pasados esos tres meses, cualquier sospecha de desviación ocular debe ser consultada con el especialista, al igual que si la desviación es muy evidente o fija.
6. Primera revisión oftalmológica. Siempre es recomendable realizarla durante el primer año de vida. “Si no hacemos un correcto seguimiento de la vista de los niños, puede ocurrir que no detectemos alguna patología grave, como una catarata congénita o un tumor ocular que deben ser intervenidos de inmediato”, advierte el Dr. Laria. Además de estas enfermedades poco habituales, existen otros problemas que sí son frecuentes y que es imprescindible comenzar a tratar en los primeros meses o años de vida, cuando hay una mayor plasticidad cerebral, como el ojo vago, el estrabismo o los problemas refractivos.

Fuente: vida-estilo.