

UNA GUÍA PARA LA SALUD DE LA VISIÓN PARA SU RECIÉN NACIDO, INFANTE, Y NIÑITO



 **Prevent
Blindness®**

Bringing Americans to Eye Care

preventblindness.org

¡Felicidades por su bebe nuevo!



Así como los bebés no nacen caminando, hablando y comiendo comida sólida, el sistema de visión de un bebé se desarrolla con el tiempo.

Como recién nacido, los bebés tienen la mejor vista de 8 a 15 pulgadas, o aproximadamente la distancia de su cara a la de su bebé enfrentarse cuando amamantando o alimentando con biberón a su bebé.

Probablemente recibió juguetes lindos, tiernos, y coloridos como regalos para celebrar el nacimiento de su bebé. En los meses próximos, su bebé disfrutará jugando y <<hablando>> con esos juguetes. Por ahora, sin embargo, su recién nacido prefiere patrones en blanco y negro o de alto contraste, como rayas contrastantes. Su recién nacido también preferirá mirarle a la cara, especialmente a los ojos.

Durante los próximos meses y años, la visión de su bebé continuará cambiando y debería ser más claro. Este folleto le brinda información sobre cómo su bebé se desarrollará la visión. Esta guía también le ayuda a entender cuándo puede haber un problema con la visión de su hijo que deba hablar con el proveedor de atención médica de su bebé.

Por hoy, sin embargo, este folleto se enfocará en los hitos de la visión de su bebé durante el tiempo entre esas fotos de recién nacidos y esa primera foto de pastel de cumpleaños.



NO IGNORE A POSIBLE PROBLEMA DE VISIÓN

Una madre de West Virginia compartió una historia sobre su hijo de 2 años quien usa anteojos recetados. Después de que su hijo participó en un examen ocular y recibido gafas, se dio cuenta de lo que ella había echado de menos ver antes. Ella recordó que su hijo se volvería su cabeza para mirar por un ojo cuando jugaba con un tren. En el tiempo, ella no vio nada inusual sobre ese comportamiento. Ahora ella sabe que girando la cabeza para mirar por un ojo era una señal que algo no era del todo justo con su visión.



HITOS DEL BEBÉ PARA EL DESARROLLO VISUAL

El desarrollo y el aprendizaje de su bebé pueden verse afectados si su bebé no puede ver bien. Busque estos hitos de la visión en su hijo.



➤ **Entre el nacimiento y el primer mes:** su bebé debe comenzar a enfocarse en luces, rostros y objetos a una distancia de 20.32 a 38.1 cm (8 a 15 pulgadas) de su cara.



➤ **Durante el segundo y tercer mes:** su bebé debe:

- Comenzar a notar sus manos,
- Hacer contacto visual consigo,
- Seguir las luces en movimiento, los rostros, las personas y los objetos con ambos ojos juntos y
- Su bebé debe sonreírle cuando le sonrío primero (esto se llama sonrisa social).



➤ **Durante el tercer y cuarto mes:** su bebé debe:

- Comenzar a mirar sus movimientos de mano,
- Buscar objetos o tu cara,
- Agarrar y sostener objetos en sus manos,
- Llevar objetos a su boca y
- Mover sus ojos de persona a persona u objeto a objeto.



➤ **Para el quinto mes:** los ojos de su bebé deben estar rectos y ninguno de los dos debe girar hacia arriba, hacia abajo, hacia adentro o hacia afuera durante varios minutos a la vez, ya sea constantemente (todo el tiempo) u ocasionalmente (solo por un corto tiempo).

- A veces, la estructura de la cara de su bebé alrededor de los ojos puede hacer que piense que uno de los ojos de su bebé está girando hacia la nariz, incluso cuando los ojos están bien alineados. El proveedor de atención médica de su bebé (por ejemplo, un pediatra) puede derivarlo a un oftalmólogo u optometrista pediátrico para determinar si su bebé tiene estrabismo (desalineación ocular) que puede requerir



tratamiento, como anteojos recetados o si es una afección llamado pseudostrabismo (giro de los ojos falsos). En el pseudostrabismo, los ojos están bien alineados incluso cuando parece que un ojo se desvía o gira y no se requiere tratamiento.

- Es importante hacer y asistir a una cita de examen ocular si el proveedor de atención médica de su hijo refiere a su hijo a un oftalmólogo u optometrista pediátrico. Solo el oftalmólogo puede diagnosticar si su bebé tiene pseudostrabismo o no, que no requerirá tratamiento, o un verdadero estrabismo, que probablemente lo requiera.



➤ **Durante los meses 6 y 7:** Su bebé:

- Debe alcanzar objetos a propósito, como juguetes favoritos, y
- Debe seguir los objetos con ambos ojos a distancias cercanas (1 pie [30.48 cm]) y distancias lejanas (más de 6 pies [182.88 cm]).



➤ **Durante el octavo, noveno o décimo mes:** Su bebé:

- Debe reconocer las caras familiares, y
- Debe mirar y alcanzar objetos pequeños, como cereales o pasas.



➤ **Durante los meses 11 y 12:** Su bebé:

- Debe usar su dedo índice para señalar imágenes en un libro.
- Debe buscar un objeto, como un juguete favorito, que se deje caer en un contenedor.

El tiempo que ocurre cada uno de estos hitos puede variar en 6 semanas.

Visite al proveedor de atención médica de su hijo si nota una demora en alguno de los hitos enumerados y solicite una referencia a un oftalmólogo (preferiblemente uno que esté capacitado y tenga experiencia trabajando con niños pequeños) para un examen ocular.

CÓMO AYUDAR A LA VISION DE TU BEBÉ A DESARROLLARSE

desde el nacimiento hasta el primer mes

- » Sosteniendo su cara de 8 a 15 pulgadas (20.32 a 38.1 cm) de la cara de su bebé, mueva lentamente la cabeza hacia adelante y hacia atrás para ayudar a fortalecer la habilidad de su bebé de los siguientes objetos.
- » Usando la misma distancia, mueva lentamente un objeto en blanco y negro, como un sonajero, arriba y abajo y de lado a lado frente a la cara de su bebé
- » Si se alimenta con biberón, sostenga y alimente a su bebé de lados alternos a promover el desarrollo visual de ambos ojos.
- » Coloque a su bebé en la cuna desde direcciones diferentes.
- » Además, cambie periódicamente la ubicación de la cuna para que su bebé pueda ver el mundo desde diferentes puntos de vista.
- » Cuelgue un móvil a un lado para que su bebé pueda verlo a través de los listones de la cuna. Cambia la posición del móvil cada dos días.

Segundo y tercer meses

- » Mire a su bebé con la cara de 8 a 15 pulgadas (20.32 a 38.1 cm) de su cara, espera a que tu bebé te mire a la cara y sonría, cante o hable con su bebé.
- » Sostenga un juguete favorito, una botella o un objeto estampado y de alto contraste dentro 8 a 15 pulgadas (20.32 a 38.1 cm) de la cara de su bebé y mueva lentamente el objeto arriba y abajo o de lado a lado.
- » Permita que su bebé explore objetos, como juguetes limpios, con sus manos. Tocar texturas diferentes, tamaños, pesos y formas ayudará a su bebé a aprender sobre su mundo.
- » Coloque un sonajero en las manos de su bebé y ayúdelo a sacudir el sonajero o mueva el sonajero en medio círculo frente a su cara para ayudar con desarrollando la percepción de profundidad.

Tercer y cuarto meses

- » Permita que su bebé golpee los objetos que se mueven frente a su cara, como una cuna móvil, para ayudar a desarrollar la coordinación mano a ojo. (Recuerda quitar la cuna o corralitos móviles tan pronto como su bebé pueda jalar de pie o de pie solo.)
- » Continúe permitiendo que su bebé traiga juguetes limpios apropiados para su edad a su boca para explorar y aprender.
- » Sostenga un juguete con una mano hacia el lado derecho de la cara de su bebé y sacude el juguete. Repita con un juguete diferente en la otra mano hacia el lado izquierdo de la cara de su bebé.
- » Cambie entre juguetes, agitando un juguete a la vez. Comience a jugar <<cucú>> con su bebé para ayudarlo a desarrollar la memoria visual.

Cuarto, quinto, sexto y séptimo meses

- » Su bebé está desarrollando una visión a todo color y comenzará a responder a objetos de muchos colores. El rojo o el azul pueden ser los colores favoritos. Quizás le hayas leído a su bebé los últimos meses. Ahora es un buen momento para sostener a su bebé en su regazo y explore imágenes de colores brillantes en libros con páginas de cartón, tela o vinilo. Léale a su hijo todos los días.
- » Su bebé ahora puede seguir movimientos más rápidos. Ruede una pelota a través de la habitación.
- » Continúe dándole a su bebé juguetes limpios y apropiados para su edad que pueden ser explorado con las manos y la boca. Anime a su bebé a alcanzar juguetes favoritos.
- » Comience a jugar en el piso con su bebé todos los días.
- » Su bebé puede ver a distancias más lejanas. Lleve a su bebé a través de su casa, por la calle o alrededor del vecindario para darle a su bebé <<cosas diferentes>> para ver.
- » Para ayudar a que su bebé se desarrolle y aprenda, hable con él y mencione, las <<cosas>> que ve mientras camina por su vecindario, una tienda, o su casa. Déle a su bebé un espejo irrompible para ayudarlo a desarrollarse conciencia visual.



**octavo, noveno, décimo,
undécimo y duodécimo meses**

- » Hable con su bebé con frecuencia para ayudarlo a vincular los objetos que ve nombres de esos objetos.
- » Coloque objetos blandos en una bandeja de trona que se puedan sacar y cayó al suelo.
- » Déle a su hijo un recipiente y objetos, como bloques, para poner y sacar del contenedor.
- » Permita que su bebé se alimente con los dedos.
- » Comience a alentar a su bebé a que señale imágenes en un libro mientras usted pregunte, <<¿Dónde está X?>>
- » Siéntese en el piso y ruede una pelota hacia su bebé, tal vez una pelota que haga ruido a medida que rueda.
- » Continúe jugando <<cucú>> para ayudar a fortalecer las habilidades de permanencia de objetos, así como esconder juguetes debajo de objetos, como mantas o cubos de plástico.

¿CUÁLES SON ALGUNOS SIGNOS DE QUE SU HIJO PUEDE TENER PROBLEMAS DE VISIÓN?

Si ve uno o más de los siguientes signos, lleve a su hijo al proveedor de atención médica tan pronto como sea posible. Hable sobre la necesidad de que su hijo vea a un optometrista; si es posible, un optometrista que esté capacitado y tenga experiencia trabajando con niños pequeños.

¿Cómo son los ojos de su hijo?



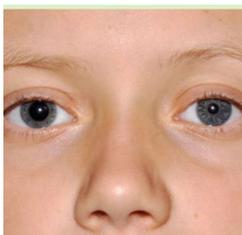
- Una pupila (el círculo en el medio del ojo que es tradicionalmente de apariencia negra), parece estar blanca en uno o ambos ojos de su hijo. Mire de cerca las fotografías de su bebé. Si el brillo rojo no es el mismo en ambos ojos o es blanco o amarillo en un ojo, esto puede indicar un problema de visión. Muestre fotografías al proveedor de atención médica de su hijo.



- Los ojos no se alinean o no se mueven juntos (un ojo parece girar hacia adentro, hacia afuera, hacia arriba o hacia abajo) a cualquier edad, y especialmente después de los 4 meses. Si los ojos de su bebé parecen mirar constantemente en direcciones diferentes, visite a un optometrista de inmediato.



- Los párpados están enrojecidos, con costras o hinchados por más de 24 horas.
- Los ojos están llorosos o rojos con lágrimas corriendo por las mejillas cuando su hijo no está llorando.



- Uno o ambos párpados caen, casi cubriendo la parte coloreada del ojo (iris).
- Una pupila se ve más grande que la otra pupila.
- Los ojos parecen rebotar, bailar, temblar o tambalearse.
- Uno o ambos ojos se ven nublados.

¿Cómo actúa su hijo?

- Se frota los ojos con frecuencia.
- Cierra o cubre un ojo cuando mira un libro o un juguete.
- Siempre inclina la cabeza hacia un lado, especialmente cuando juega con juguetes, o empuja la cabeza hacia adelante o hacia atrás en un esfuerzo por ver mejor los objetos.
- Parpadea los ojos más de lo normal o más que otros niños.
- Frecuentemente entrecierra los ojos, como si tratara de enfocarse en un objeto.
- Parece torpe o con frecuencia choca con objetos
- Sostiene libros o juguetes cerca de los ojos.
- Evita mirar a las personas u objetos que se mantienen cerca (entre 8 y 15 pulgadas; 20,32 a 38,1 cm) a la cara.

¿CUÁNDO DEBE LLEVAR A SU HIJO A UN MÉDICO DE OJOS?

Si ve alguno de los signos y síntomas anteriores, visite al proveedor de atención médica de su hijo para hablar sobre una referencia a un optometrista (oftalmólogo u optometrista pediátrico). La referencia debe ir a un doctor capacitado y con experiencia en el trabajo con bebés y niños pequeños.

La mayoría de los problemas de visión pueden corregirse si se detectan y tratan a tiempo. El cuidado adecuado de los ojos es importante para ayudar a su hijo a tener la mejor visión posible para aprender y desarrollarse.

Algunos problemas de visión, si no se tratan, incluso por un corto período de tiempo, pueden provocar una pérdida de visión **permanent** vision loss. . **¡No tome un enfoque de <<esperar y ver>> para los problemas de visión en los niños!**

A los recién nacidos se les deben revisar los ojos mientras aún están en la sala de recién nacidos del hospital. Durante cada visita de salud regular para el bienestar del bebé, desde el nacimiento hasta los 6 años, el proveedor de atención médica de su hijo debe usar antecedentes familiares y pruebas especiales para detectar problemas de la vista y los ojos. A partir de los 12 meses de edad, las evaluaciones de vista pueden incluir instrumentos que parecen cámaras.



¿ALGUNOS NIÑOS SON MÁS PROBABLES DE TENER PROBLEMAS DE VISIÓN QUE OTROS NIÑOS?

Sí. El proveedor de atención médica de su hijo debe conocer el siguiente historial de salud que puede aumentar la probabilidad de que su hijo desarrolle un problema de visión:

- Su hijo nació prematuramente (menos de 32 semanas completó la gestación).
- Usted, o un miembro de su familia inmediata, tiene antecedentes familiares de trastornos de la visión, como cataratas infantiles, ambliopía (también puede llamarse ojo vago), ojos desalineados, tumores oculares o anteojos antes del primer grado.
- Su hijo tuvo una lesión ocular (los problemas que resultan de las lesiones oculares infantiles pueden desarrollarse mucho más tarde en la vida).
- Su hijo ha sido diagnosticado con un problema que podría afectar su desarrollo físico, mental y / o emocional.

Si su hijo tiene alguno de estos factores, visite al proveedor de atención médica de su hijo y hable sobre la necesidad de una referencia a un oftalmólogo u optometrista pediátrico.



¿CÓMO EL TRASTORNO DE VISIÓN DE SU HIJO SERÍA TRATADO SI SE REQUIERE TRATAMIENTO?

- Es posible que su hijo tenga que usar anteojos para ayudarlo a ver de cerca o lejos. Marcos de anteojos especialmente diseñados para niños pequeños, incluidos los bebés, están disponibles.
- Medicamentos, como gotas o ungüentos para los ojos, pueden usarse para tratar infecciones y otras afecciones oculares, incluidas alergias.
- Se pueden recetar anteojos para corregir un ojo cruzado o desalineado (también llamado estrabismo).
- Se puede parchar un ojo o se pueden usar gotas en un ojo para ayudar a fortalecer el otro ojo, que es común en el tratamiento de ambliopía (ojo vago).
- La cirugía puede ser necesaria para extraer una lente con catarata o para reducir presión dentro del ojo para el glaucoma. La cirugía también puede corregir un ojo cruzado o desalineado.
- Los ejercicios oculares pueden usarse para ayudar a que los ojos trabajen mejor juntos.
- Muchos bebés tienen un problema con sus conductos lagrimales y requieren tratamiento si el problema persiste después de más de unos pocos meses de edad.

Conocer la salud y el desarrollo general de su bebé lo ayudará para saber si hay una necesidad médica. Visite www.preventblindness.org para más información sobre la vista de su hijo.



NO IGNORE UN PROBLEMA DE VISIÓN

<<Cuando Javi nació tenía un cerebro hemorragia y supe que iba a tener algunas complicaciones, pero no tenía idea que la hemorragia cerebral había deteriorado su visión. Sabía que cada bebé no puede ver muy bueno al principio y sus ojos hacen cosas graciosas cuando nacen, pero lo noté mucho

con él. Me di cuenta de que no se estaba enfocando mucho, pero pensé <él es el nuevo bebé y se arreglará solo >. Sabía que su desarrollo se retrasaría porque era prematuro. Cuando cumplió 4 meses, su médico primario dijo que los ojos de Javi no se movían juntos en absoluto, e incluso con su leve retraso para la prematuridad debería haber tenido algún tipo de visión, pero no lo hizo en absoluto. Sentí que Javi me estaba mirando, porque incluso cuando pensé que me estaría mirando, era una especie de mirada o mirada en blanco. Solo sonrió si le hiciste cosquillas, pero tuvo una reacción muy sorprendida a incluso ser tocado. Ahora que lo pienso, es porque él no vio que se acercaba.

Llevamos a Javi a un oftalmólogo, quien me contó la hemorragia definitivamente afectó la visión de Javi. Tendríamos que acostumbrarnos al idea de que nuestro hijo podría ser ciego, y comenzamos Javi en Intervención Temprana Servicios para ayudarlo con su desarrollo y mala visión. Nuestro coordinador del servicio de intervención preguntó si nos gustaría intentar inscribirnos con nuestra escuela estatal para niños con discapacidad visual. Dije que incluso si va a ayudarlo un poco, quiero hacerlo, para darle la oportunidad de hacer su mejor. Eso es lo que todos los padres quieren para sus hijos, tener todo y cualquier cosa para que su hijo tenga éxito en la vida.

El maestro de personas con discapacidad visual de Javi (TVI) comenzó a trabajar con él y fue una de las únicas cosas que ayudó porque finalmente me dijeron que la vista de Javi no es buena, había cosas en las que podríamos estar trabajando. Cuando su TVI llegó por primera vez y le mostró un pompón, fue una de las primeras veces miraba las cosas constantemente. Todo lo que ella tenía era super radiante y brillante, ella tenía muchas luces y varitas que él alcanzaría para e intentar agarrar, como <Dame, dame, quiero eso>. Era la primera vez que lo he visto que el miró a algo y estuvo interesado.

Luego, la TVI nos consiguió una cita para un examen ocular en un camioneta móvil que venía a nuestra área para proporcionar servicios de visión pediátrica. El optometrista de la clínica móvil explicó que Javi tenía un alto error de refracción y que las gafas lo ayudarían. Era una locura cuando el optometrista en esa camioneta le puso las gafas a Javi porque, por primera vez, sus ojos se abrió de par en par y él me miró y tenía una mirada confusa en su cara. ¡Escuchó mi voz pero vio al optometrista! El conocía al hombre con la barba no era yo, aunque realmente no sabía cómo se veía mi cara como, solo mi voz. También era la primera vez que me miraba con un expresión confusa en su rostro y supe que estaba aprendiendo allí mismo ¡Soy mamá y no me parezco al optometrista!

Estoy agradecido de que hicimos todo lo posible para ayudar a la visión de Javi. Por muchas meses estuve deprimido y enojado, porque mi hijo no me sonrió y todo lo que pude pensar fue que no sabe cómo ver la cara de alguien. Estaba pensando que él no lo haría incluso sé lo que es ver a su madre. La primera vez que nos sonrió fue cuando nos miró a través de sus lentes y su TVI estaba allí, tomando su foto, la imagen que ves aquí. Finalmente supe por un hecho que pudo ver lo que había alrededor él. No iba a ser ciego o tener muy poco visión toda su vida.



Cuando nos pusimos las gafas en casa, sabía que estaba empezando a entender lo que estaba a su alrededor porque había ruidos de que él había escuchado, pero nunca ha visto. Ahora podía mirar y ver qué estaba haciendo los ruidos, y él comenzó a mirar alrededor de la habitación todo el tiempo. Yo recuerdo llorar porque pensé, mi bebé puede ver a su mami por primera vez. Ahora él conoce su mundo y puede entender, <OK esta es la cara de una persona, y puedo mirar de esta manera.> Antes, hablarías con él y él girarían la cabeza y no sabrían dónde estabas. Ahora él sabe dónde está su mano, una cara, juguetes, y puede decir qué objetos son. Y tomaré eso. Estoy más que feliz de saber que mi bebé puede interactuar con su entorno. Pequeño no está en el vocabulario de Javi y esperamos grandes cosas que le sucederán en el futuro.>>

– Jerisa, la mamá de Javi

Información de:

American Academy of Pediatrics (2014). *The complete and authoritative guide. Caring for your baby and young child: Birth to age 5*. R. Trubo (writer). S. P. Shelov, T. R. Altmann, & R. E. Hannemann (Eds.). New York: Bantam Books.

Bright Futures/American Academy of Pediatrics – Recommendations for preventive pediatric health care. Retrieved from https://www.aap.org/en-us/Documents/periodicity_schedule.pdf

College of Optometrists in Vision Development. (n.d.). Child development timeline. Retrieved from https://www.covd.org/?page=child_timeline

Donahue, S. P., Baker, C. N., & AAP Committee on Practice and Ambulatory Medicine, AAP Section on Ophthalmology, American Association of Certified Orthoptists, American Association for Pediatric Ophthalmology and Strabismus, American Academy of Ophthalmology (2016). Procedures for the evaluation of the visual system by pediatricians. *Pediatrics*, 137(1), e20153597. Retrieved from <http://pediatrics.aappublications.org/content/pediatrics/early/2015/12/07/peds.2015-3597.full.pdf>



Nuestro único propósito: salvar la vista

Fundada en 1908, Prevent Blindness es la organización principal de la nación de seguridad y salud ocular dedicada a combatir la ceguera y salvar la vista. Centrado en promover un cuidado continuo de la visión, Prevent Blindness afecta la vida de millones de personas cada año a través de educación pública y profesional, abogacía, programas certificadas de capacitación para evaluaciones de la vista, servicios comunitarios y para pacientes y la investigación.

Estos servicios son posibles gracias al generoso apoyo del público estadounidense. Junto con una red de afiliados, divisiones y capítulos, se compromete a eliminar la ceguera prevenible en América.

Para más información o para hacer una contribución al fondo de ahorro visual, llame al **800.331.2020** visítenos en la web en **preventblindness.org**.

Copias adicionales están disponibles para su compra.

La información en este folleto está sujeta a cambios. Por favor llame al 800.331.2020 para más información.

La información y recomendaciones contenidas en esta publicación han sido compilado de fuentes consideradas precisas. Se proporciona la publicación con el entendimiento de que Prevent Blindness y sus afiliados no están comprometidos en la prestación de servicios profesionales de atención ocular a través de su distribución. Prevent Blindness y sus afiliados no tienen la intención de que esta publicación sirva como un completo recurso para información sobre salud ocular, cuidado de los ojos o seguridad ocular, o como sustituto de asesoramiento profesional para el cuidado de los ojos.