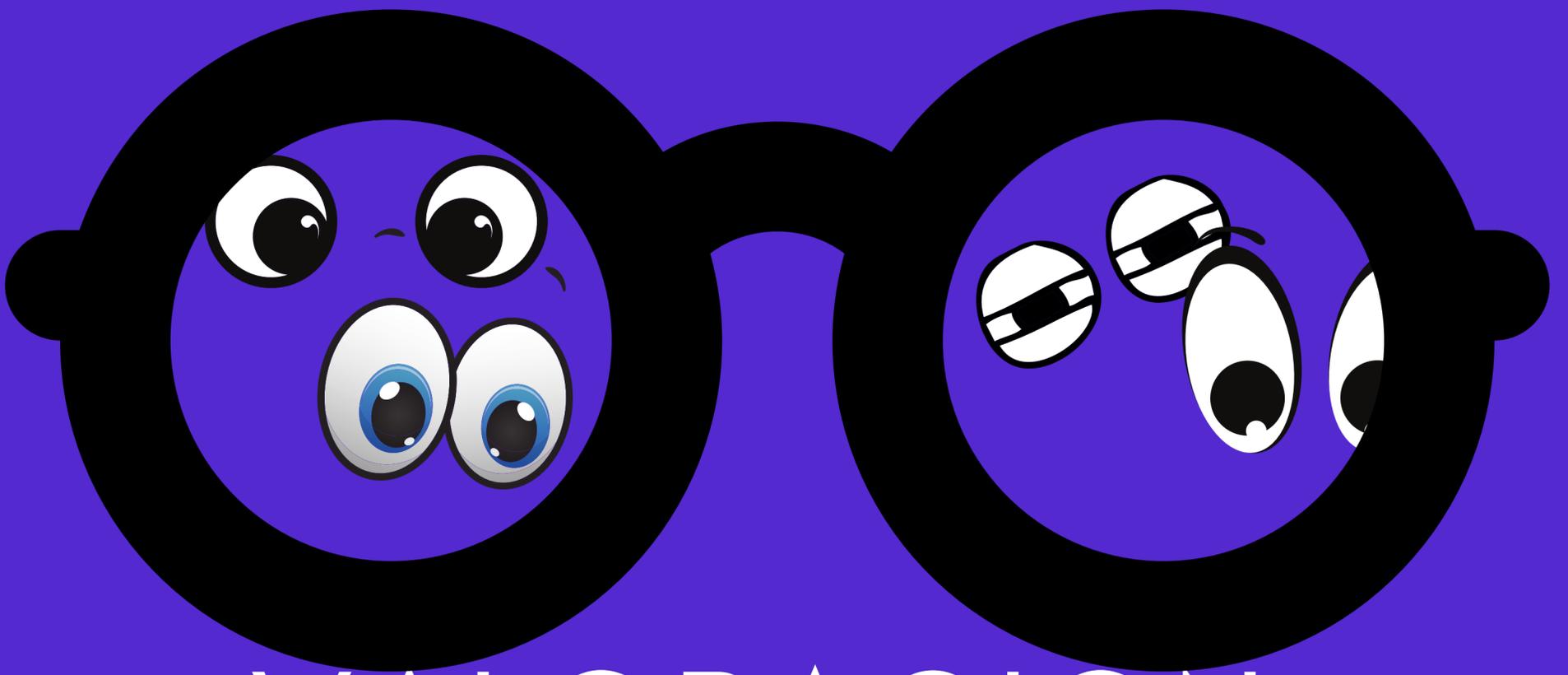
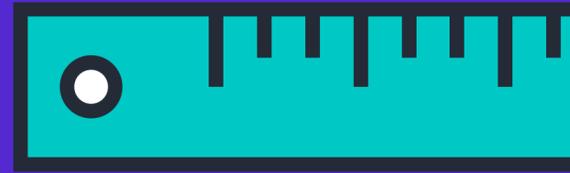


UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO



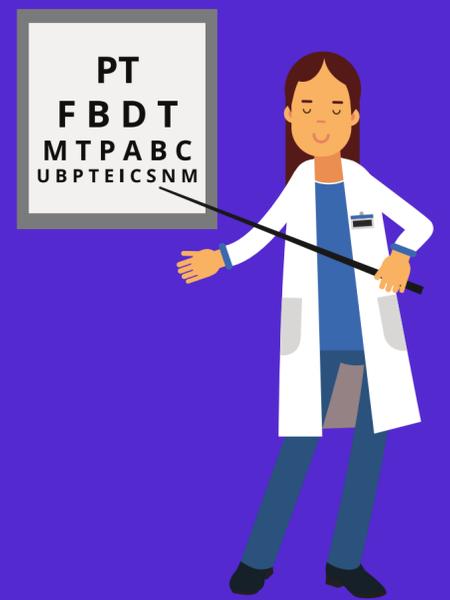
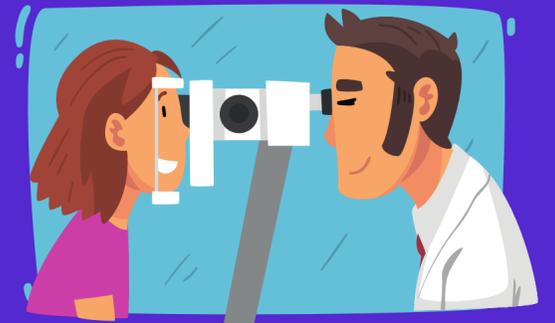
VALORACION OFTALMOLÓGICA

DIRECCIÓN GENERAL DE PERSONAL
DIRECCIÓN DE LOS CENDI Y JARDÍN DE NIÑOS



ESTIMADAS MADRES USUARIAS

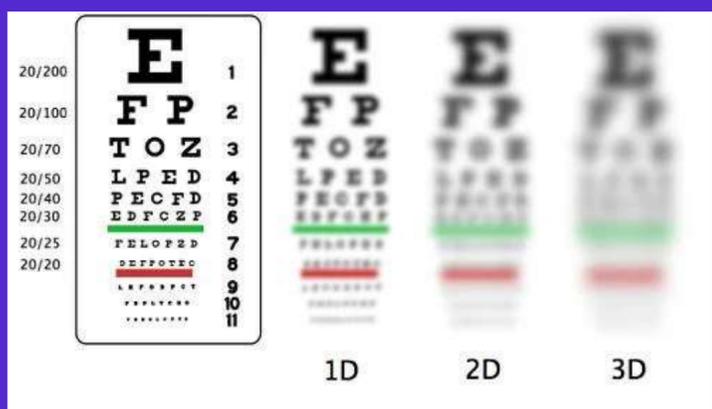
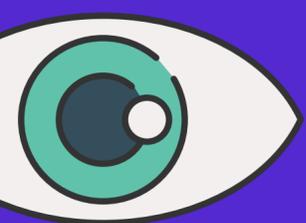
Continuando con la comunicación a distancia y promoviendo la detección temprana de enfermedades tal como lo hacemos en los CENDI y Jardín de Niños a través del Programa de Control del Niño Sano las invitamos a realizar una Valoración Oftalmológica en casa, para detectar problemas visuales y que los niños y niñas reciban una atención médica oportuna.



¿Qué es el examen oftalmológico?

Una evaluación para detectar la disminución de la agudeza visual (AV) o factores de riesgo que puedan interferir con el desarrollo del ojo y sistema visual.

AV: capacidad para percibir con detalles los objetos en condiciones concretas de distancia, iluminación.



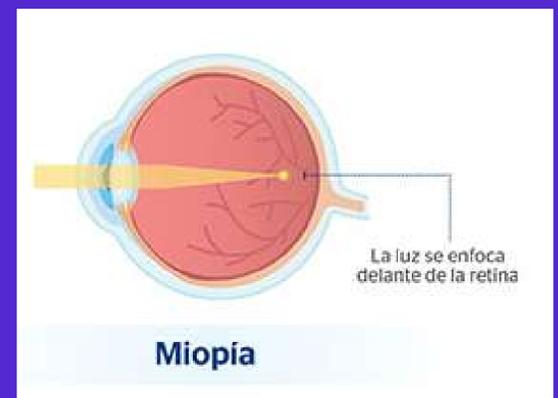
¿Qué son los defectos refractivos?

Son situaciones que hacen que el ojo no perciba una imagen adecuada y no se genere adecuadamente en el cerebro. Existen 3 tipos de defectos refractivos:

1

Miopía

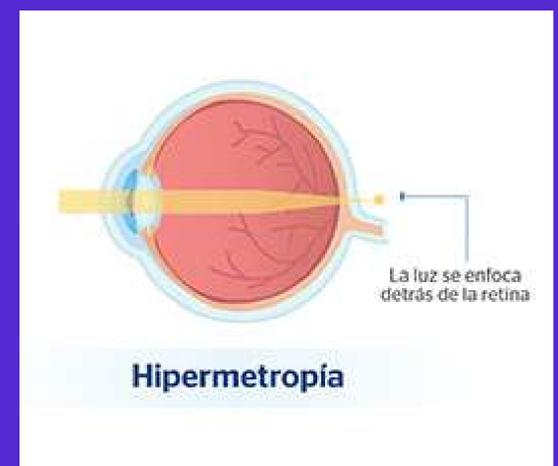
- El globo ocular (ojo) es grande, su enfoque es poco eficiente.
- Los rayos de luz se enfocan antes de la retina.
- "Cortos de vista": ven bien de cerca y muy mal de lejos.



2

Hipermetropía

- Globo ocular muy pequeño.
- Los rayos de luz se enfocan después de la retina.
- Ven mal de cerca que de lejos.



3

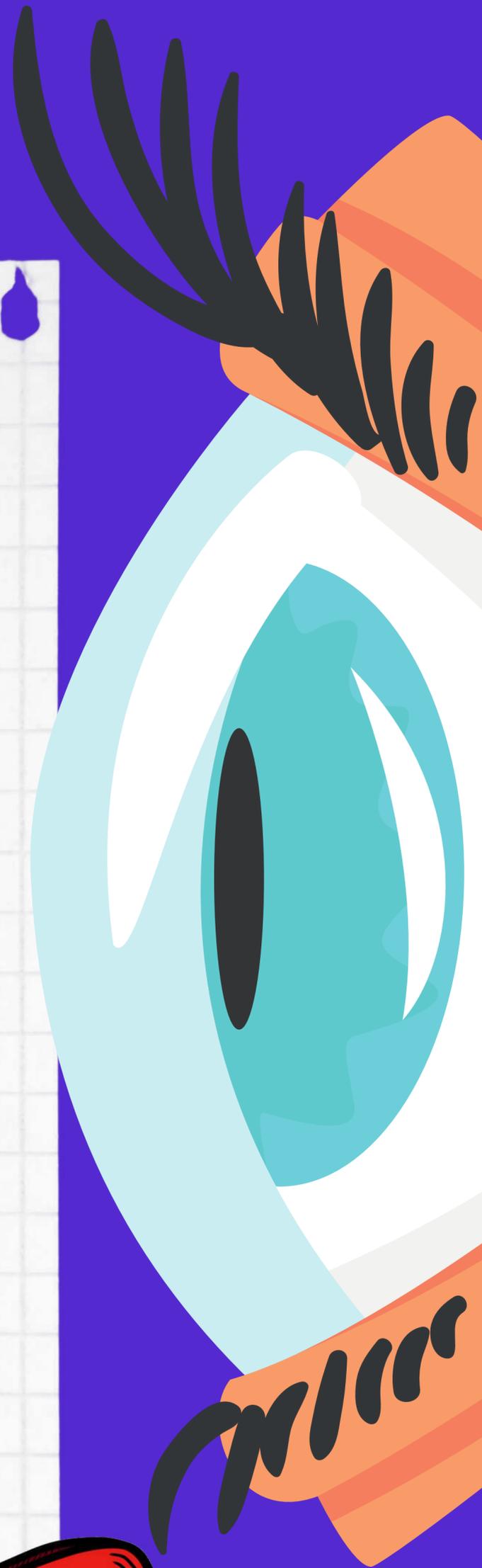
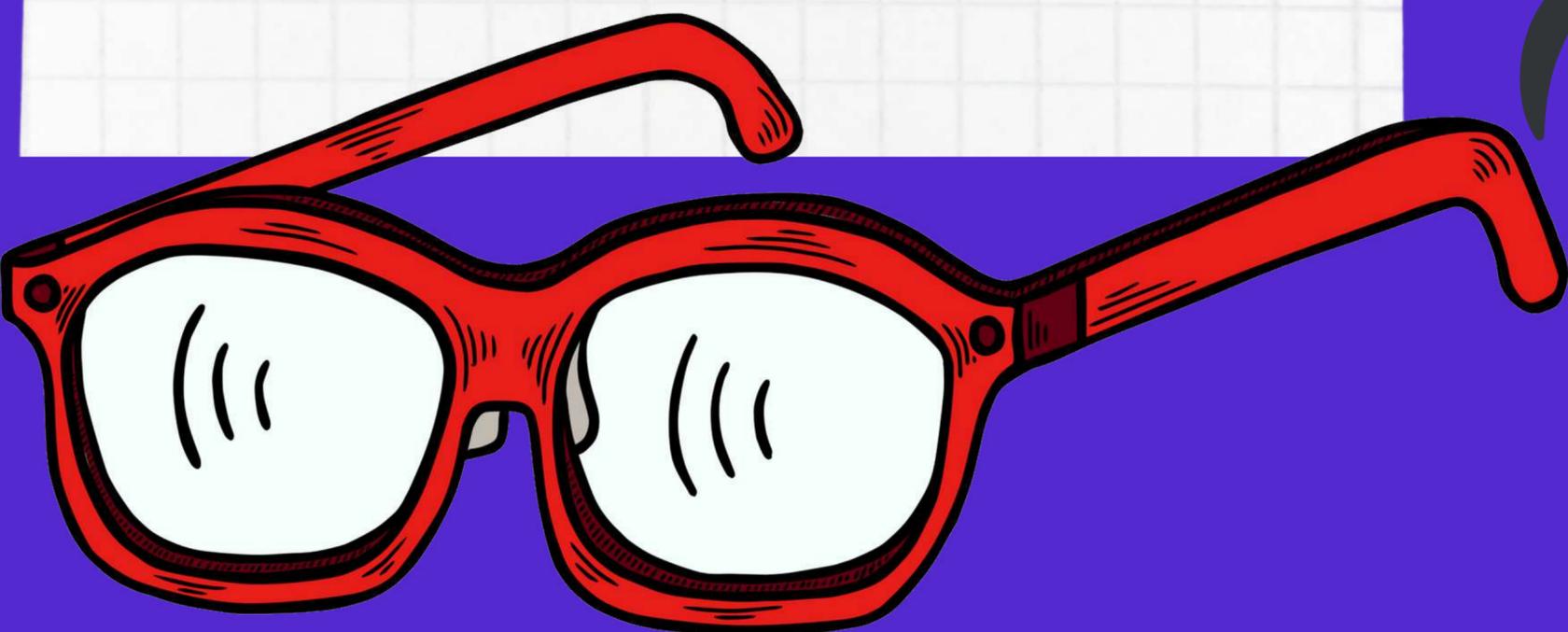
Astigmatismo

- El globo ocular en lugar de ser esférico, tiene la forma de un balón de fútbol americano (+ plano de un lado, + curvo de otro).
- Los rayos de luz llegan a la retina y otros la sobrepasan distorsionando la imagen.



PREVENCIÓN

- Revisión periódica de la agudeza visual.
- A partir de los 3 años y después cada 2 años.
- Observar la forma en que mira los objetos:
 - Sentarse cerca de la televisión o pizarrón.
 - Estrabismo (hace bizcos, porque los ojos no están alineados correctamente), tallarse excesivamente los ojos o inclinar la cabeza al mirar cosas.
 - Problemas de coordinación: atrapar algún objeto, andar en bicicleta.
- Pérdida inusual de interés, atención y distracción por actividades que requieren un enfoque visual (leer, colorear o armar rompecabezas).



¿Por qué son importantes los exámenes de la vista?

Para asegurar que los ojos estén sanos y no tengan problemas de visión que puedan interferir con su rendimiento escolar y afectar su seguridad.

Una prueba de visión en el hogar no será tan precisa o confiable como una prueba realizada por un especialista, no se detectarán problemas oculares graves o condiciones de salud subyacentes.

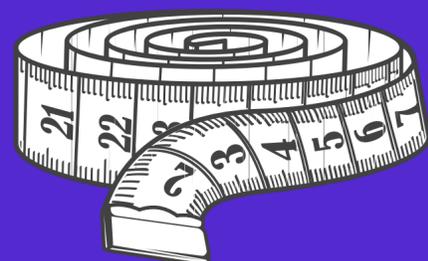
Aquí les presentaremos una forma clara y rápida para evaluar en casa la vista y si existe duda es importante acudir al especialista.



Test para realizar en casa

Materiales

- Cartón o un pañuelo para cubrir el ojo
- Tijeras, cinta/tachuelas para colgar la cartilla de prueba en la pared.
- Lápiz para anotar resultados.
- Cinta métrica
- Linterna, si la tiene.
- Habitación bien iluminada de al menos 3.5 metros de largo.
- Cartilla de prueba correcta.



PASOS



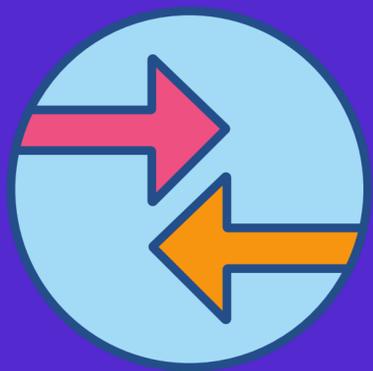
PREPARE EL AREA

- Imprima la cartilla de prueba de acuerdo a la edad.
- Mida 3.5 metros, desde una pared sin ventanas y ubique un asiento a esa distancia.
- Pegue la cartilla a la pared lisa, a nivel de los ojos del niño.



COMO EVALUAR

- Decirle al niño que es un juego, y le tiene que decir que está señalando, en la cartilla.
- Explique que hacia donde mira la "E": arriba, abajo, derecha, izquierda. O que animal se aprecia.
- Siente al pequeño, y que cubra el ojo derecho sin ejercer presión. Si usa lentes debe usarlos.
- Si la cartilla se ve oscura, use la linterna para alumbrar las letras.
- Señale cada una de las "E" o figuras comenzado por la más grande.
- Pídale al niño que señale la dirección hacia la que va la E.
- Registre el número de la línea de letras o figuras más pequeñas que el niño puede ver correctamente (más de la mitad de las "E" correctamente identificadas).
- Repita la prueba cubriendo el otro ojo.



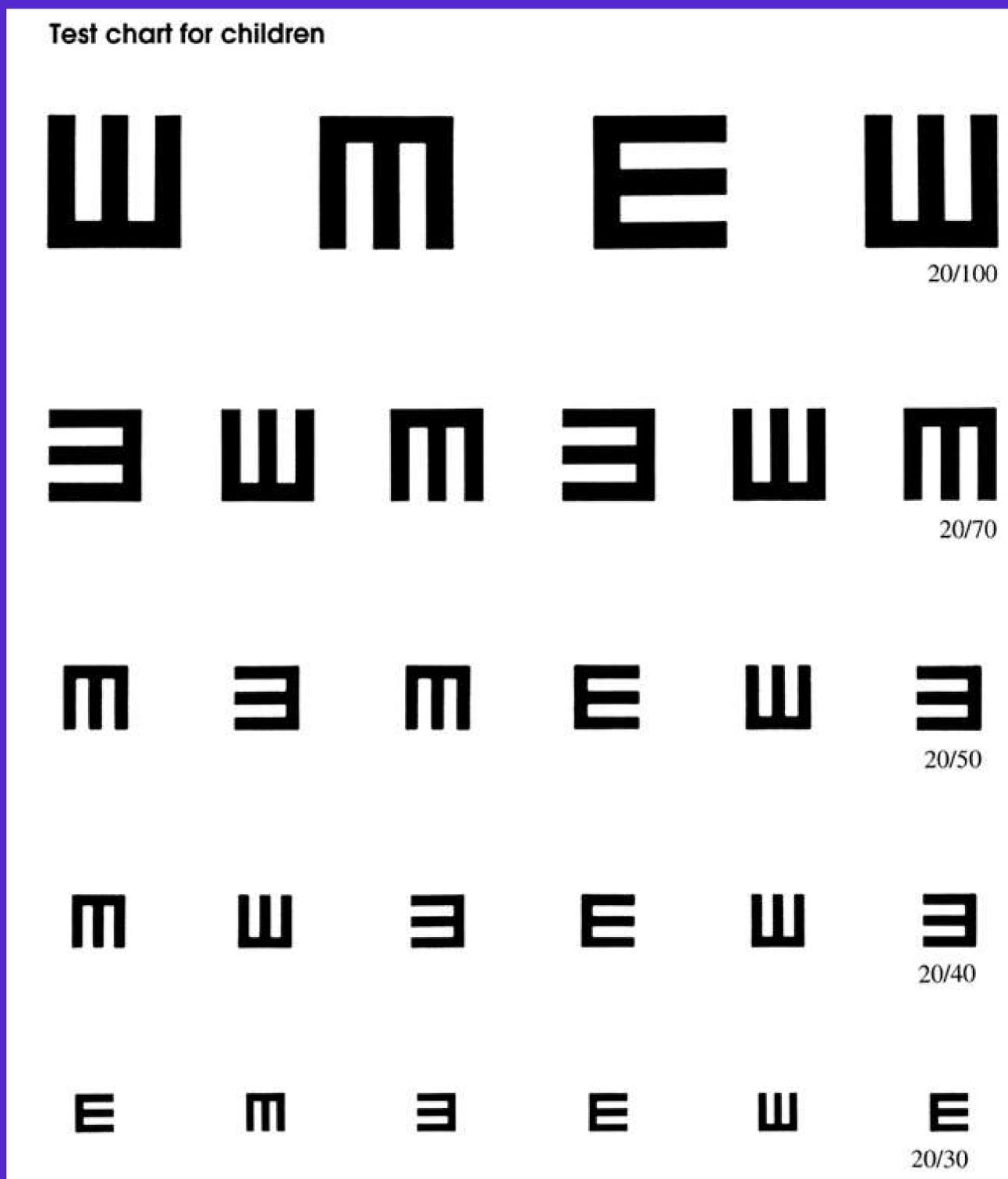
Tamaño:

- Ancho: 27 cms
- Largo: 55 cms



Tamaño:

- Ancho: 17.72 cms
- Largo: 20.58 cms



¡PORQUE LA UNAM NO SE
DETIENE!

BIBLIOGRAFIA

- López V., Salamanca O. Recomendaciones para el examen visual en los niños. IATREIA Vol 32(1) enero-marzo 2019
- GPC. Detección oportuna de ALTERACIONES VISUALES en el recién nacido y lactante en el primer nivel de atención
- Díez del Corral Belda JM, Álvarez Alonso C. Oftalmología pediátrica para todos los días. En: AEPap (ed.). Curso de Actualización Pediatría 2016. Madrid: Lúa Ediciones 3.0; 2016. p. 521-32.
- <https://medicina.uc.cl/publicacion/screening-ofthalmologico-en-ninos-que-hacer-y-desde-cuando/>
- <https://bit.ly/3cYwmaT>
- <https://bit.ly/3gY4yEB>