

Gafas Para Niños

Del examen ocular a la experiencia de compra:

Una guía para padres

Por: Jonna Jefferis

Aproximadamente el 80% de lo que los niños aprenden en la escuela lo captan visualmente.¹ El deterioro de la visión puede afectar el desarrollo del niño limitando tanto la información a la que está expuesto como su gama de experiencias. Comprar todos los libros y útiles escolares adecuados no tiene sentido sin la herramienta de aprendizaje más importante: una visión saludable.



Si tiene niños en edad escolar, sabe que la educación es más que simplemente asegurarse de que su hijo llegue bien a la escuela cada día. Necesita libros y útiles así como chequeos médicos y vacunas para prevenir problemas de salud que podrían dificultar el aprendizaje. Estos pasos son muy importantes, pero es igual de importante asegurarse la salud de la visión de su hijo llevándolo a un profesional en el cuidado de la vista para realizar regularmente exámenes integrales.

Tal vez, su hijo ya le haya dicho que tiene dificultades para ver o exhibirá síntomas como entrecerrar los ojos, acercarse mucho el libro para poder leer, quejarse de dolores de cabeza, frotarse los ojos o seguir el texto con un dedo mientras lee. Pero no espere a que él presente síntomas de poca visión o le diga acerca del problema para llevarlo al oculista. Tal vez no presente síntomas y su hijo ni siquiera sepa que tiene un problema porque puede no saber qué es lo que debería estar viendo.

Además, no deje que su ocupada agenda lo tiente a dejar el examen ocular de su hijo únicamente a la enfermera de la escuela. Las revisiones dentro de las escuelas son pruebas

breves que se usan para detectar potenciales problemas de visión; no sustituyen a un examen ocular integral realizado por un oculista.

Si no está seguro de la frecuencia con la que su hijo debería realizarse un examen ocular integral, esto es lo que recomienda la Asociación Optométrica Americana:²

- Los niños deben recibir su primer examen ocular a los 6 meses de edad.
- Se requiere un examen de seguimiento a los tres años de edad.
- A los cinco o seis años, justo antes de comenzar la escuela, lleve a su hijo al oculista para otro chequeo minucioso.
- Los niños en edad escolar necesitan un examen ocular cada dos o tres años después de los cinco o seis años si no tienen problemas de visión. Sin embargo, si su hijo necesita gafas o lentes de contacto, programe una visita cada 12 meses (o según las recomendaciones del oculista) con el fin de mantener la receta al día.³

Estrategias para comprar con éxito

Si su hijo ha tenido problemas para ver la pantalla de la computadora o de la TV recientemente, es probable que ya haya visitado al oculista y haya obtenido una receta para gafas. Feliz de saber que el problema de visión se resolverá en breve, quizás haya anticipado que el siguiente paso (seleccionar una montura incluida en el plan que a su hijo le guste) será un proceso relativamente simple. Pero la vida nunca es simple y comprar gafas para su hijo no se parecerá mucho a obtener los útiles escolares o los artículos deportivos de los estantes de las tiendas. Tal vez tenga las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se comparan los diferentes materiales para lentes y monturas y cuáles son las mejores elecciones?
- ¿Qué características opcionales conviene tener?
- Si su hijo ha expresado no estar contento con la idea de tener que usar gafas, ¿cómo logrará que colabore para elegir las y probárselas y que luego efectivamente las use?

Si a su niño no le gusta nada la necesidad de usar gafas, el primer paso es crear una estrategia para convertir la experiencia de comprar y probar las gafas en una experiencia que le resulte placentera. Aquí tiene algunos consejos:

- Si su hijo es muy pequeño, asegúrese de que sepa por qué se debe comprar gafas. Dígale que podrá ver las palabras y los dibujos de los libros, así como su programa de TV favorito, con mayor claridad. Si a su hijo en edad escolar le gustan los deportes, señale que las gafas mejorarán su desempeño y su capacidad de ver la pelota con mayor claridad.
- Organice la visita al óptico en un momento en el que su hijo probablemente estará de buen humor. Por ejemplo, justo antes del almuerzo, cuando su nivel de energía seguramente será bajo, no es un buen momento. Tampoco es recomendable hacerlo antes de la siesta del niño.
- Aliente a su hijo a participar de la elección de la montura. Si él mismo elige la montura, estará más motivado a usar las gafas y a cuidarlas mejor.
- La mayoría de los niños no quieren verse distintos a los otros niños y al principio podrían sentir vergüenza de usar gafas. Para ayudar a prevenir esta sensación desde el comienzo, puede nombrar ejemplos de personas que le gusten a su hijo y que admire, que también las usan, como miembros de la familia, amigos y celebridades.

Cuando llegue al consultorio del médico o al centro óptico para elegir las gafas de su hijo, debe tener tres prioridades en la mente: estilo, durabilidad y calce.

Monturas de moda

¿Por qué es importante el estilo de las monturas para los niños? Porque si a su hijo le gustan sus gafas, querrá usarlas. Los fabricantes de hoy en día están diseñando monturas de gafas específicamente para niños. Verá una gran variedad de colores, formas y estilos. Algunos son pequeñas copias de estilos para adultos y a los niños les gustan porque los hace parecer más grandes. Otros incluyen los últimos íconos de la cultura del pop.

Los preadolescentes y los adolescentes están muy interesados en seguir las últimas modas. Los fabricantes les ofrecen monturas modernas de GUESS? Tommy Hilfiger, Steve Madden, Candies, la línea deportiva de All-Star Converse, Harley Davidson, Bongo® y otros. A los niños más pequeños tal vez les atraigan las gafas de Scooby Doo o Garfield.





Hay tantas opciones de estilos de monturas para niños que la elección podría parecer abrumadora al cruzar la puerta por primera vez. Para lograr que la experiencia sea más manejable, tal vez quiera conocer los estilos disponibles primero. Si tiene acceso a una computadora, usted y su hijo podrán dar un vistazo a la línea completa de monturas de Davis Vision entrando a www.davisvision.com. Para simplificar el proceso de selección, elija varios estilos usted mismo, teniendo en cuenta cualquier recomendación específica que le haya dado el oculista, y luego permita que su hijo tome la decisión final dentro de ese grupo.

Monturas que quedan bien

Al comienzo de la búsqueda de monturas, consulte a su óptico sobre la prescripción de su hijo. Si necesita lentes de mucho aumento que seguramente serán gruesos, querrá elegir monturas más pequeñas para eliminar cualquier distorsión de los lentes que pudiera haber. El óptico también puede recomendar determinados estilos que lograrán este objetivo.

Mientras su hijo se prueba las monturas de muestra, preste mucha atención a cómo le quedan en el puente de la nariz. Las monturas de metal generalmente se hacen con trabas para la nariz que son regulables de manera que quedan bien en cualquier puente y muchos fabricantes de monturas de plástico hacen el puente de manera tal que sólo quedan bien en narices pequeñas. Sin embargo, siempre es una buena idea verificar que no haya un espacio entre la nariz y el puente. Si queda un espacio, los anteojos se deslizarán, sin importar lo bien que parezca quedar la montura.

En el caso de las gafas para niños es especialmente importante que se queden en su lugar porque, cuando las gafas se deslizan por la nariz, los niños tienden a mirar por encima de ellas en lugar de echarlas hacia atrás y colocarlas donde deben ir. Si tiene dudas sobre si la montura es adecuada, consulte con el óptico.

Para asegurarse de que las gafas no se deslicen ni se caigan, tal vez quiera invertir en anteojos con patillas que envuelvan bien las orejas por detrás. Se llaman “patillas de cable” y esta característica es especialmente útil para mantener las gafas en su lugar con los niños pequeños. Una advertencia: si las gafas no se deben usar todo el tiempo, estas patillas que envuelven por detrás no son adecuadas porque son incómodas para poner y sacar. Los niños que usen gafas sólo una parte del día verán que es más cómodo usar patillas regulares (“que se agarran del cráneo”) que van derecho hacia atrás y después hacen una leve curva alrededor de las orejas.

Monturas a prueba de niños

Hay monturas resistentes a prueba de niños disponibles en su óptica o consultorio. Hoy en día las gafas para niños resistirán a actividades bruscas y a los casos en los que alguien se siente accidentalmente sobre ellos y éstos queden aplastados contra una silla o una cama.

Las bisagras con resorte son una característica de durabilidad muy útil, especialmente con niños pequeños. Con una bisagra con resorte que conecte cada patilla al marco, las patillas podrán estirarse hacia afuera y alejarse de la montura sin causar ningún daño.

El material de la montura es otra consideración importante. Antes, se pensaba que las gafas de plástico eran una mejor opción para los niños porque duraban más, pesaban menos y eran más económicas. Los fabricantes de hoy hacen monturas de metal que presentan las mismas cualidades.^{/4} La composición del metal varía, así que pida ayuda al óptico según su experiencia con las diferentes aleaciones.

Materiales para lentes seguros

Una vez que usted y su hijo hayan elegido un estilo de la montura, la decisión final será qué material quiere para los lentes. Esta elección no será difícil, ya que los profesionales en el cuidado de la visión recomiendan los lentes de policarbonato resistentes al impacto para las gafas de los niños.^{/5} (Davis Vision cubre los lentes de policarbonato por completo para todos los niños dependientes de miembros).

Nunca compre lentes de vidrio. El vidrio no sólo es más pesado, y por lo tanto menos cómodo, sino que también puede ser peligroso. Si bien el vidrio para gafas está tratado para ser seguro, puede romperse en pedazos y potencialmente lastimar los ojos de un niño.

El policarbonato para lentes de gafas fue desarrollado por la industria aeroespacial y es 10 veces más resistente al

impacto que otros plásticos.⁶ Estos lentes no estallarán ni se romperán, de manera que los ojos de su hijo estarán a salvo de daños por fragmentos de plástico o vidrio. Los lentes de policarbonato también duran más y resisten a juegos rudos y actividades deportivas. Además de resistencia al impacto, ofrecen los siguientes beneficios:

- Un material más delgado y liviano que el plástico o el vidrio, que es más cómodo para usar.
- Protección contra la radiación ultravioleta. Las lentes de policarbonato filtran cerca del 99% de los rayos UV potencialmente dañinos.⁷
- Capa resistente a rayones. El fabricante incluye esta capa para mantener los lentes sin rasguños durante la mayor cantidad de tiempo posible.

Lo más probable es que, al final de su visita al oculista, haya elegido un par de gafas seguras y resistentes que le gustarán y que su hijo querrá usar y que, de hecho, se hayan divertido en el proceso de elegirlos.

Davis Vision brinda una garantía incondicional para roturas durante un año para reparar o reemplazar cualquiera de nuestras monturas o lentes de gafas.

Jonna Jefferis es escritora de asuntos de salud, técnicos y de marketing para Davis Vision con más de 20 años de experiencia como periodista de negocios y editora de publicaciones. Tiene una licenciatura en periodismo y es la autora de diversos artículos relacionados con el cuidado de la visión y de salud de la vista.

El contenido de este artículo no intenta brindar consejos profesionales y nada en él debería interpretarse de ese modo. Las personas que lean la información deberían consultar a un profesional calificado.



Fuentes

^{1/} "Making the Grade?" The Vision Council, oct. de 2008 (dic. de 2008).

^{2/} "Infant's Vision", sitio Web de la American Optometric Association, 2008 (dic. de 2008).

^{3/} "The Need for Comprehensive Vision Examination of Preschool and School-Age Children", sitio Web de la Asociación Optométrica Americana, 2008 (dic. de 2008).

^{4/} Liz DeFranco, ABOC, NCLC, "10 Tips for Buying Kids' Eyewear," sitio Web de All About Vision, actualizado en sept. de 2006 (dic. de 2008).

^{5/} Liz DeFranco (actualizado por Gary Heiting, OD), "Polycarbonate Lenses: Tough as Nails", Sitio Web de All About Vision, actualizado en dic. de 2007 (dic. de 2008).

^{6/} DeFranco, "Polycarbonate Lenses".

^{7/} DeFranco, "Polycarbonate Lenses".

DAVISVISION™
SEE LIFE

159 Express Street | Plainview, NY 11803 | 1.800.328.4728 | www.davisvision.com