

El Colegio de Ópticos-Optometristas recomienda elegir juguetes para niños que no sean dañinos para la vista



El presidente del Consejo General de Colegios de Ópticos-Optometristas (CGCOO), Juan Carlos Martínez Moral, ha recordado a los padres que comprueben que los juguetes que compran a sus hijos son recomendados para su edad y que no sean dañinos para la vista. En este sentido, ha aconsejado a los padres que jueguen con sus hijos "sobre todo en edades comprendidas entre los tres y los seis

años" para que puedan descubrir problemas de vista.

El presidente de CGCOO ha señalado que los padres deben tener en cuenta "en todo momento" las recomendaciones de los fabricantes, "en especial de aquellos juguetes que presenten sonidos estridentes y lentes o espejos que puedan concentrar la luz, como lupas, telescopios, microscopios o prismáticos, ya que pueden provocar quemaduras graves en los ojos si no se utilizan de forma adecuada y bajo la supervisión constante de un adulto".

Además, los padres deben jugar con sus hijos o acompañarlos ya que, podrán descubrir "si tienen problemas para identificar colores o para coger un objeto, porque no lo ven bien, calculan mal las distancias o tienen un campo visual limitado", ha señalado Martínez Moral. En caso de que esta situación ocurra, el experto recomienda que los padres lleven al niño donde un profesional para realizar un diagnóstico temprano de un posible problema visual.

Este experto ha afirmado que los juegos al aire libre contribuyen en gran medida al desarrollo de las capacidades visuales del niño, ya que permiten que no se estimulen siempre en un entorno próximo. "En el juego al aire libre, las actividades que se realizan requieren más visión de lejos que de cerca, y a mayor uso de la visión de lejos, menos miopía", ha argumentado.

Por último, en relación a los videojuegos, ha explicado que sirven para ejercitar y ampliar las habilidades visuales y cerebrales que se pierden con los años y ha afirmado que, aunque ayudan a desarrollar la coordinación ojo-mano, la rapidez de reflejos y la capacidad de concentración, no se recomienda su uso durante más de quince minutos consecutivos y siempre en niños mayores de doce años, "ya que la utilización abusiva de este tipo de juegos puede acarrear problemas de salud y hábitos sedentarios, además de provocar la acomodación de los ojos que puede derivar en miopía en la edad adulta".