

Miopía en niños: el doctor Luis Drago explica qué controles tienen que hacerse los chicos y cómo cuidar su visión

22 febrero, 2023



Según el Ministerio de Salud en 2019, 12 niños y niñas de 7 años fueron diagnosticados con miopía de un total de 1.246 consultas externas con una prevalencia de 0.96 por cada 100 habitantes. Para el 2020, 9 pacientes fueron diagnosticados de un total de 1.108 pacientes y su prevalencia de 0.81 por cada 100 habitantes.

En la infancia es importante la realización de una exploración oftalmológica para poder detectar anomalías que afecten al sistema visual. Estas edades tempranas son cruciales para el correcto desarrollo visual. En los últimos años, después de la pandemia, debido a confinación, muchos niños se vieron

obligados a permanecer en sus casas, lo que produjo un incremento en los casos de miopía que vincularon, no solo con la mayor exposición a las pantallas, sino también a la imposibilidad de salir al aire libre.

En términos que abarca a toda la población, un informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que, en 2050, una de cada dos personas en el mundo será miope y tendrán problemas visuales.

Leer también: [Vacunación contra el Covid-19 en las escuelas: "Se pedirá a los padres que manifiesten por escrito su aceptación"](#)

En comunicación con el diario *El Cuco Digital*, el [doctor Luis Drago](#), el médico oftalmólogo que hace varias décadas decidió dejar la ciudad para instalarse en Valle de Uco, informó sobre los chequeos que deben realizarse los chicos, sobre todo teniendo en cuenta el pronto retorno a clases, donde muchas veces suelen manifestarse los problemas de visión.

¿Es importante el control oftalmológico antes del inicio escolar?

Siempre es importante el control de los chicos antes que comiencen las clases, si bien en Mendoza se ha hecho un cambio importante con el tema de la examinación de los chicos, hace muchos años atrás se implementó junto con la provincia, lo que hoy está en los cuadernillos de salud de los chicos. Entonces ahí aparecen controles dependiendo si el chico nació sano o prematuro. Pero si el chico nació sano comienza el control a los 6 meses, a los 3 años y en el ingreso previo a la escuela y cuando terminan la escuela como un dato a tener en cuenta los papás para controlar a los chicos. Los chicos prematuros también en ese cuadernillo tienen estipulado ciertas cosas para los controles oftalmológicos.

¿Los controles básicos que se realizan cuáles son?

6 meses, tres años, 6 años y la salida de la escuela primaria como mínimo en chicos sanos.



¿Cómo podemos cuidar la visión de los más jóvenes, teniendo en cuenta el uso excesivo de las pantallas?

Es importante que se hagan los controles oftalmológicos regulares de acuerdo a cada caso en particular con el oftalmólogo que tengan. Lo más recomendado es una regla de 20, 20, 20, que son 20 minutos con 20 minutos de descanso y mirando más de 20 metros distancia, o sea, los chicos no pueden estar de forma permanente frente de las pantallas porque se está viendo una miopización de los ojos porque no hacen el juego de mirar de cerca y mirar de lejos, entonces al mirar tanto de cerca se está produciendo una miopización de los ojos, que quiere decir, que son chicos que cuando crezcan lo más probable es que sean miopes. Entonces hay que jugar más al aire libre, tienen que estar en la plaza con los cuidados de los padres con todos los recaudos habidos por haber y tanta tablet no, porque a los ojos pueden producir ciertas cosas como lo que acabo de decir y porque también es más natural y más sano estar al aire libre.

¿Han aumentado las consultas sobre las patologías en los

últimos años?

Si, hay aumento de conciencia en la población. Los papás más nuevos tienen mayor conciencia de que los ojitos pueden llegar a tener mayores problemas, entonces no solamente los papás vienen, sino que los pediatras que son los primeros médicos que ven a los chicos, también tienen incorporado el control oftalmológico de los chicos. Las patologías son las mismas, lo que pasa es que ahora hay más concientización de la población.

