

Descarga nuestra app GRATIS



Hemeroteca | Suscríbete | Clasificados | Viernes, 15 mayo 2015 | Cartelera | TV | Tráfico | Ann Har

La Nueva España

www.lne.es

Oviedo
21 / 11°

Gijón
18 / 13°

Avilés
18 / 11°

Local Asturias Actualidad Deportes Economía Opinión Ocio Vida y Estilo Comunidad Multimedia Servicios

Suscriptor

Lne.es » Gijón

Suscriptor Contenido exclusivo para suscriptores digitales.



0 | f 13 | t 1 | g+ | in

LYNN HELLERSTEIN | Doctora en Optometría del Comportamiento

"El aprendizaje visual es como jugar a la pelota, algo básico"

"Un 95% de los niños tiene los ojos sanos pero conviene realizar un examen antes de que cumplan un año de vida"

15.05.2015 | 04:15

C. JIMÉNEZ La doctora norteamericana Lynn Hellerstein inauguró ayer el IV Congreso de la Sociedad Internacional de Optometría del Desarrollo y del Comportamiento con una ponencia sobre "Conmociones cerebrales relacionadas con el deporte". La doctora Hellerstein es autora de varias publicaciones, además ejerce como profesora adjunta del Colegio de Optometría de la Western University, entre otras universidades. Entre sus publicaciones, está el galardonado libro "See it, Say it, Do it!" (2012), que analiza el proceso de visualización y sus problemas en niños, o "50 Tips to Improve Sports Performance" (2013), que propone diversos ejercicios para la mejora de la visión deportiva, aspecto en el centro su intervención.

-¿Qué vinculación existe entre el aprendizaje y el sistema visual?

-Un 80% del aprendizaje se realiza a través del sistema visual. Es sólo una de las 15 habilidades importantes que intervienen en el desarrollo del sistema de aprendizaje pero la realidad es que uno de cada cuatro niños en edad escolar presenta problemas visuales que pueden ser el seguimiento de objetos en movimiento, la colocación de los ojos juntos o la coordinación ojo-mano. Con la terapia visual se pueden mejorar esos problemas.

-¿En qué consisten las terapias de visualización?

-Lo primero de todo es realizar un examen muy en profundidad. Un 95% de los niños tiene los ojos sanos. La clave está en realizar los tests que nos permitan averiguar si hay problemas En Estados Unidos se recomienda mirar a los niños antes de cumplan un año para ver si pueden desarrollar ojo vago, miopía... Otros problemas aparecen entre los 3 y 6 años pero, si no se detectan, los mayores síntomas llegan a los 9 años, que es un cuando resultan más palpables porque el tamaño de los textos en el colegio es más pequeño. Si los niños son lo suficientemente inteligentes hasta los 9 años pueden salir del paso aunque presenten problemas visuales, pero a partir de esa edad ya no. Nosotros les proponemos actividades con libros, juegos... El aprendizaje visual es como jugar a la pelota, son habilidades básicas que se pueden adquirir.



Lynn Hellerstein, ayer, en el Palacio de Congresos. **ÁNGEL GONZÁLEZ**

Fotos de la noticia

Success Starts Here

GET ALL THE FREE TOOLS YOU NEED TO GROW YOUR CONTACT LIST.

Constant Contact [Get Started](#)

-También trabaja con deportistas profesionales, ¿que problemas presentan?

-Igual que los atletas trabajan fuerza y velocidad también es posible trabajar la visión y capacidad de visualización con los deportistas a través de la percepción de profundidad o la organización óculo-manual. Por ejemplo, en la consulta trabajamos con una golfista profesional a la que ayudamos a mejorar el emplazamiento de los ojos para una correcta visualización en los golpes porque torcía la vista. Le ayudó a mejorar. También trabajamos con baloncestistas profesionales, jugadores de hockey, fútbol y de todos los deportes. Algunos tenían visión doble cuando se cansaban, otros únicamente presentaban diferente graduación en los ojos y no llevaban gafas ni lentillas. Otros sufrieron conmociones cerebrales por problemas de enfoque, pérdidas de equilibrio, alta sensibilidad a la luz, fuertes dolores de cabeza... Por eso, la visión, como sentido dominante tiene que ser tratado adecuadamente, igual que cualquier otra parte del cuerpo. Pero en España no existen especialistas que realicen terapia visual.

-¿Que papel juega la terapia de visualización en las conmociones cerebrales relacionadas con el deporte?

-Nuestras terapias no tratan globos oculares. La visión es una función que se encuentra en el cerebro y ante traumatismos cerebrales existe una probabilidad muy alta de desarrollar un problema visual. Más del 50% de los pacientes lo desarrolla. En la mayoría de los hospitales, a menos que tengas una herida directa en un ojo, las áreas de rehabilitación no incluyen exámenes visuales ni tratamiento alguno y hay que trabajar ahí.

-Y para quienes trabajan mucho tiempo ante pantallas. ¿qué precauciones plantea?

-A veces aconsejamos usar una gafas especiales para trabajar delante del ordenador aunque la persona vea al 100%. Además me preocupan los problemas en los pulgares, hombros, cuello... que se desarrollan con el uso excesivo de los teléfonos móviles estos días. Nuestros ojos no están preparados para mirar un texto que se mueve y mucha gente pasa más de 10 horas ante de un ordenador. Al final acaban con un problema ergonómico. Lo aconsejable es trabajar en ciclos de 20 minutos y descansos de 20 segundos.



50% Off Postcard Printing

Thick, High Quality Postcards. Offer Ends Soon. Hurry!



Enlaces recomendados: Oscars | Premios Goya

La Nueva España

[Mapa web ▶](#)

Asturias

El tiempo
Oviedo
Ocio en Asturias
Tráfico en Asturias
Cartelera de cine
Real Oviedo

Clasificados

tucasa.com
Iberpisos
Iberanuncio
Ibercoches
Iberempleo

Especiales

Lotería de Navidad
Lotería el Niño
Fórmula 1
Premios Oscar
Canal Esquí
Premios Goya

LNE.es

Contacto
La Nueva España
Club Prensa Asturiana
Puntos de Venta
Promociones
Aviso legal
Política de cookies
RSS

Publicidad

Tarifas
Agencias

Otras webs del Grupo Editorial Prensa Ibérica



Otras webs del Grupo Editorial Prensa Ibérica

Diari de Girona | Diario de Ibiza | Diario de Mallorca | Empordà | Faro de Vigo | Información | La Opinión A Coruña | La Opinión de Málaga | La Opinión de Murcia | La Opinión de Tenerife | La Opinión de Zamora | La Provincia | La Nueva España | Levante-EMV | Mallorca Zeitung | Regió 7 | Superdeporte | The Adelaide Review | 97.7 La Radio | Euroresidentes | Lotería de Navidad | Oscars | Premios Goya

