

Consejos Para Ayudar a Su Hijo a Usar Anteojos Recetados y Preguntas Frecuentes Sobre El Uso De Anteojos Recetados

Introducción

Esta hoja informativa incluye:

- *Consejos para ayudar a su hijo cuando su hijo comience a usar anteojos recetados.*
- *Consejos sobre cómo hacer que los anteojos sean cómodos.*
- *Consejos para proteger los anteojos y los ojos de su hijo al practicar deportes.*
- *Consejos para cuidar los anteojos recetados de su hijo.*
- *Preguntas frecuentes sobre cómo ayudar a su hijo a usar anteojos recetados.*

Importancia de usar anteojos recetados

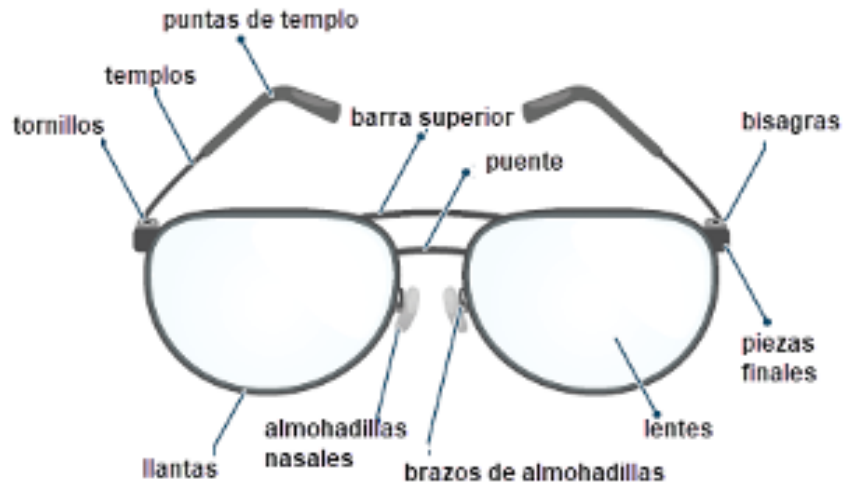
- *Su hijo debe usar anteojos recetados exactamente como los recetó el optometrista de su hijo.*
- *Dígales a los maestros de su hijo y a otros adultos que trabajan con su hijo que su hijo necesita anteojos para ver bien.*
- *Comparta el plan de tratamiento de la vista de su hijo con estos adultos. Dígales cuándo debe usar su hijo los anteojos.*

Cuando los anteojos recetados son nuevos

Durante los primeros días de uso de anteojos, es posible que deba dejar tiempo para que su hijo se adapte a los anteojos. La visión de su hijo puede ser borrosa o las cosas pueden parecer extrañas (tal vez su hijo vea hojas individuales en un árbol en lugar de una mancha). La visión y la comodidad de su hijo con los anteojos mejorarán a medida que comience a usar los anteojos según lo prescrito.

Pídale a su hijo que le informe si tiene algún problema con los anteojos si se niega a usar los anteojos recetados.

Consejos para ayudar a su hijo a usar anteojos recetados y preguntas frecuentes sobre el uso de anteojos recetados (continuada)



Haga estas preguntas:

- ¿Los anteojos son incómodos de usar?
- ¿Las almohadillas nasales son incómodas?
- ¿Están demasiado apretados o demasiado sueltos?
- ¿Puede su hijo ver claramente con ellos puestos?
- ¿Ha tenido su hijo dolores de cabeza o fatiga visual mientras usa los anteojos?

Este enlace de la Academia Estadounidense de Oftalmología le brindará más información sobre las partes de los anteojos: Aprenda las nueve partes esenciales de los anteojos (www.aaopt.org/eye-health/glassescontacts/learn-nine-essential-parts-of-eyeglasses).

Si su hijo informa algún problema con los anteojos recetados, informe a su optometrista lo antes posible.

Algunos niños disfrutan ver con claridad con sus nuevos anteojos recetados y quieren usarlos todo el tiempo. Es posible que a algunos niños no les guste usar anteojos al principio.

Consejos para adaptarse a los nuevos anteojos recetados

Si su hijo tiene problemas para adaptarse a los nuevos anteojos, pruebe estos consejos:

- Mantenga una actitud positiva sobre los anteojos.
- Tome fotografías de su hijo con los anteojos y dígame lo bien que se ve con los anteojos.
- Si usa anteojos recetados, tome una foto de ambos usando anteojos.
- También puede tomar una foto de su hijo y otro miembro de la familia con anteojos.
- Hable sobre lo genial que es usar anteojos (incluso Superman y Scooter the Muppet usan anteojos).
- Recuérdele a su hijo que muchos niños y adultos usan anteojos para ayudarlos a ver bien.
- Señale a las personas de su familia, la clase de su hijo y los personajes de libros y películas que usan anteojos.

Consejos para ayudar a su hijo a usar anteojos recetados y preguntas frecuentes sobre el uso de anteojos recetados (continuada)

- *Lea libros a su hijo sobre el uso de anteojos. (La sección Recursos para padres del kit de herramientas Pequeños pasos para una gran visión tiene un enlace a 15 libros).*
- *Los niños copian lo que ven. Si usa anteojos recetados, puede dar un buen ejemplo mostrándole a su hijo cómo usa y cuida sus anteojos recetados.*
 - *Be loving and patient, but firm.*
 - *Continue to encourage your child to wear the eyeglasses.*

Gafas y deportes

Si su hijo practica deportes, **recuerde que los anteojos recetados regulares no brindan protección contra lesiones.**

- *Asegúrese de que su hijo use gafas de seguridad para deportes en todo momento cuando practique deportes.*
- *Pídale al optometrista de su hijo sugerencias sobre los mejores anteojos de seguridad o gafas protectoras para su hijo.*

Consejos para cuidar los anteojos recetados de su hijo

Los siguientes 14 consejos hablan sobre cómo ayudar a su hijo a cuidar los nuevos anteojos recetados y pueden ayudar a su hijo a sentirse más cómodo usando los anteojos. Algunos consejos son para usted, directamente. Otros consejos son para que usted se los diga a su hijo.

1. Los anteojos recetados son fáciles de romper, rayar o dañar.
2. Nunca coloque gafas en ninguna superficie con las lentes hacia

abajo. El polvo o la suciedad pueden rayar las lentes.

3. Lleve consigo un paño para anteojos para limpiar las manchas.
4. Si los anteojos se ensucian, use un paño suave, un poco de agua y un poco de jabón líquido para lavar los anteojos.
5. Utilice ambas manos al quitarse los anteojos para proteger las bisagras.
6. No tire los anteojos.
7. No intente doblar ninguna parte de los marcos, incluso si los anteojos le quedan demasiado apretadas. Regrese los anteojos al lugar donde los obtuvo. Lleve a su hijo. Solicite un ajuste de los marcos.
8. Nunca coloque los anteojos en ningún lugar donde se pueda pisar o sentar.
9. No deje que sus amigos se prueben o jueguen con sus gafas.
10. No use sus anteojos sobre su cabeza. Esto puede hacer que los anteojos pierdan su forma.
11. Si ve que los anteojos comienzan a deslizarse del nariz de su hijo o se ven torcidos, llévelos de regreso a donde obtuvo los anteojos. Lleve a su hijo. Solicite un ajuste de los anteojos.
12. A veces, los pequeños tornillos de los marcos de los anteojos se vuelven sueltos. Si esto sucede, compre un kit de reparación de anteojos en una tienda minorista con un destornillador pequeño que pueda usar para apretar los tornillos o lleve los anteojos al

Consejos para ayudar a su hijo a usar anteojos recetados y preguntas frecuentes sobre el uso de anteojos recetados (continuada)

lugar donde obtuvo los anteojos. Si usa el destornillador pequeño y los tornillos aún están sueltos, lleve los anteojos a donde los obtuvo. No es necesario que lleve a su hijo para esta visita. Pida para que aprete los tornillos.

13. Asegúrese de usar gafas de seguridad siempre que practique deportes como béisbol, baloncesto o fútbol.
14. Siempre mantenga sus anteojos en su estuche cuando no los usa (*Consejo de la Asociación Estadounidense de Ortopistas Certificados: “Los anteojos se quedan en su cara o se van en su estuche”*).

Preguntas frecuentes sobre los anteojos recetados de su hijo

¿Con qué frecuencia debe ver mi hijo al optometrista después de recibir anteojos recetados nuevos?

No hay un horario establecido porque cada niño es diferente. Pregúntele a su optometrista con qué frecuencia debe llevar a su hijo para otro examen ocular.

¿Los anteojos empeorarán la visión de mi hijo?

No. Ésta es una creencia común. Es probable que el desarrollo de la visión normal no ocurra si a un niño se le recetan anteojos y no los usa.

¿Dejará mi hijo de necesitar anteojos recetados?

Esto es diferente para cada niño. Pregúntele al optometrista de su hijo.

¿Qué necesito saber sobre la compra de anteojos para niños?

La Children’s Eye Foundation de AAPOS tiene una página de web con información sobre el tipo de lentes que debe comprar y cómo deben ajustarse

los anteojos a la cara de su hijo. Visite este enlace: Ajuste de anteojos para niños (www.childrenseyefoundation.org/webdev/glossary/glasses-fitting-for-children).

El optometrista de mi hijo dice que mi hijo necesita anteojos, pero me preocupa el costo de los anteojos. ¿Qué recursos están disponibles?

Estos enlaces proporcionarán información sobre recursos para los anteojos recetados de su hijo. Busque en los recursos programas que ayuden con los anteojos para niños.

Información sobre asistencia financiera de Prevent Blindness (<https://preventblindness.org/vision-care-financial-assistance-information/>)

Recursos para anteojos de la Academia Estadounidense de Oftalmología (www.aao.org/eyecareamerica/resources/eyeglasses)

Dónde se puede obtener un examen ocular gratis y anteojos gratis de All About Vision (www.allaboutvision.com/eye-exam/free-exam.htm)

La Ley de Asistencia Asequible y el cuidado de la vista de su hijo: Prevent Blindness (<https://preventblindness.org/the-affordable-care-act-and-yourchilds-eyes/>)

Para obtener más información acerca de los anteojos recetados para niños, visite “Los anteojos de su hijo” en Prevent Blindness. (<https://preventblindness.org/your-childs-glasses/>)