



Servei d'optometria i teràpia visual

Què és l'optometria?

L'optometria és l'especialitat encarregada d'avaluar totes les funcions visuals (AV, graduació, enfocament, coordinació binocular, dominància ocular, lateralitat, percepció visual, processament de la informació visual...).

Un cop fet aquest estudi es decideix si el pacient necessita correcció òptica (ulleres o LC), teràpia visual o ambdues coses.

Què és la teràpia visual?

La teràpia visual és un conjunt de tècniques i exercicis que permeten treballar les funcions visuals alterades per aconseguir un bon rendiment visual sense símptomes.

A qui va dirigit?

Les proves que es realitzen són vàlides tant per a nens com per a adults. Val a dir que en els nens té especial importància, ja que estan en ple procés d'aprenentatge i la visió desenvolupa un paper fonamental en aquest procés.

Hem de tenir en compte que el 80% de la informació ens entra per la via visual.

Diferència entre bona vista i bona visió

No és el mateix tenir bona vista que bona visió. Bona vista es refereix a uns ulls que discriminen detalls petits tant de lluny com de prop.

Bona visió, en canvi, implica que el conjunt de les habilitats visuals (acomodació, binocularitat, percepció visual...) estigui en òptim estat. Per exemple: Puc veure-hi molt bé, però al cap de 10 minuts de treball notar molt cansament visual, mal de cap o pèrdua d'atenció en el que estic fent.

Metodologia de treball

Es fa una valoració completa de les habilitats visuals i a partir d'aquí es decideix el tipus de tractament.

En cas de necessitar teràpia visual es realitzen sessions a la consulta de 45 minuts de forma setmanal o quinzenal.

Questionari de detecció de problemes visuals que poden afectar l'aprenentatge

1. Hi veus borrosos o doble quan llegeixes o estudies? **2.** Veus borrosa la pissarra o la TV? **3.** Tens mals de cap i/o d'ulls en llegir o estudiar? **4.** Necessites tapar-te un ull en llegir o estudiar? **5.** T'acostes molt al paper quan llegeixes? **6.** Mous el cap per seguir les línies? **7.** Et piquen els ulls o parpelles molt quan estudies? **8.** Et distreus fàcilment quan fas deures o llegeixes? **9.** Et saltes línies o paraules quan llegeixes? **10.** Confons paraules semblants quan llegeixes? **11.** Inverteixes nombres i/o lletres a l'escriure o llegir? **12.** T'equivoques quan copies de la pissarra? **13.** Confons dreta i esquerra?

Si has respost afirmativament unes quantes d'aquestes preguntes, seria aconsellable fer una revisió optomètrica.

