

Vivir únicamente con un (1) ojo

Un niño pequeño que crece únicamente con un (1) ojo nunca notará la diferencia. Se desarrollará y aprenderá junto con su grupo etario. Los niños mayores y los adultos que pierden la visión en un ojo necesitarán algún tiempo para adaptarse. Tener visión solo en un ojo podría no ser una gran diferencia para su hijo durante su vida. Los primeros meses serán los más difíciles. Con el tiempo, su hijo se adecuará y se adaptará a tener un solo ojo que funciona normalmente.

¿Qué es diferente acerca de vivir con solo un (1) ojo?

La visión con solo un (1) ojo es levemente diferente de la visión con ambos ojos.

- Su hijo tiene un campo de visión más pequeño que alguien con 2 ojos. El campo de visión es cuánto puede ver su hijo sin girar la cabeza para mirar.
- Su hijo tendrá una percepción diferente de la profundidad. La percepción de la profundidad es la capacidad para juzgar a qué distancia se encuentra algo. Usted usa la percepción de la profundidad varias veces al día. Por ejemplo, la utiliza cuando lanza y atrapa una pelota, conduce un coche, vierte jugo en una taza, extiende el brazo para darle la mano a alguien y sube el borde de una acera o por una escalera o baja de ellos.

Al principio, estos cambios en la visión pueden dificultar la ejecución de cosas cotidianas. Pero con el tiempo, su hijo aprenderá a notar cosas que le ayuden a moverse en su entorno con seguridad.

Cómo adaptarse a una visión únicamente con un (1) ojo

Su hijo podría adaptarse naturalmente a tener un campo de visión menor y una percepción de la profundidad diferente. Pero puede ayudarle si realiza cambios simples en las zonas de residencia de su hijo. Su hijo también puede aprender nuevas maneras de hacer cosas por su cuenta.

Consejos para su hijo que tiene un solo ojo

Usted puede ayudar a su hijo a aprender a vivir únicamente con un ojo siguiendo los consejos a continuación.

- Usar el tacto para saber a qué distancia se encuentra algo. Por ejemplo, muéstrole a su hijo cómo verter líquidos tocando el borde de la botella o de la jarra con el borde de la taza. Con el tiempo, su hijo aprenderá nuevas maneras de saber dónde está un objeto. Por ejemplo, podría conocer el tamaño de una lata de bebida tras haber sostenido una antes. De este modo, podría saber dónde está la lata a partir del tamaño que percibe.
- Girar la cabeza más de lo habitual. Por ejemplo, su hijo debería aprender a girar más la cabeza, en ambos sentidos, para ver si hay tráfico antes de cruzar la calle.

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.

Vivir únicamente con un (1) ojo

- Usar cinta adhesiva de color para ayudar a su hijo a ver el borde de las escaleras. Elija un color que se distinga fácilmente. Usted puede colocarla en la parte superior, la parte inferior y el borde de cada escalón, o lo que funcione mejor para su hijo.
- Enseñe a su hijo a usar el pasamanos de las escaleras. También puede deslizar un pie hasta el borde de cada escalón para aprender dónde pisar.
- Proteger el ojo que tiene buena visión. Su hijo debería usar gafas en todo momento mientras esté despierto. También debería usar gafas de sol cuando esté a la intemperie. Su hijo debería usar gafas protectoras al practicar deportes, realizar manualidades y algunas tareas, como el trabajo de jardinería.

Maneras de ayudar a que el otro ojo se adapte

Aquí se mencionan algunas ideas para ayudar a que el ojo funcional de su hijo se acostumbre a ver por sí solo. Esto sucede con el tiempo, pero utilizar estas ideas puede ayudar a que ocurra más rápido.

Para niños y adolescentes

- Caminar siguiendo una línea recta, como una grieta de la acera o un trozo de cinta en el piso.
- Jugar a atrapar la pelota. Utilizar una pelota más grande y más suave que las normales, para que no se produzca ningún daño si su hijo se golpea accidentalmente. Esto ayuda a que su hijo aprenda nuevas maneras de saber a qué distancia se encuentra algo o a qué velocidad se está moviendo.
- Arrojar una pelota o una bolsa rellena a un blanco.
- Intentar alcanzar diferentes cosas. Esto ayuda a practicar para aprender a qué distancia se encuentra algo.
- Practique girando la cabeza más hacia el costado para ver las cosas. Por ejemplo, primero puede practicar cruzando una calle tranquila, girando la cabeza completamente a ambos lados para ver qué se aproxima.
- Practique su equilibrio. Puede columpiarse, dar vueltas, saltar o bailar. Haga esto en un lugar seguro.

Para padres de bebés y niños pequeños

- Sostenga al niño de modo que el lado de su ojo sano no esté cerca de usted. Esto hace que su hijo gire la cabeza para mirarle a la cara.
- Coloque juguetes que se iluminan o hacen ruido del lado donde su hijo perdió el ojo. Esto lo obliga a girar la cabeza para verlos.
- Juegue con juguetes que rueden por toda la habitación, como coches o pelotas. Anime a su hijo a mover la cabeza para mirarlos.
- Coloque los juguetes favoritos de su hijo en estantes altos, a baja altura del piso y en las zonas alejadas de la habitación. Esto le ayudará a su hijo a aprender a explorar el área a su alrededor.
- Anime a su hijo a alcanzar los juguetes. Intente no darle los juguetes en la mano a su hijo. Intentar alcanzar los juguetes ayuda a que su hijo practique la coordinación del ojo con las manos.

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.

Vivir únicamente con un (1) ojo

¿Preguntas?

Para conocer más acerca de cómo ayudar a su hijo a adaptarse a tener solo un ojo, llame a los Servicios de Rehabilitación al 901-595-3621. Si usted está dentro del hospital, marque 3621. Si se encuentra fuera del área de Memphis, llame al número gratuito 1-866-2STJUDE (1-866-278-5833), extensión 3621.

St. Jude cumple con las leyes federales de los derechos civiles relacionadas con el cuidado de la salud y no discrimina por raza, color, nacionalidad de origen, edad, discapacidad o sexo.

ATENCIÓN: si usted habla otro idioma, cuenta con servicios de asistencia gratuitos. Llame al 1-866-278-5833 (TTY: 1-901-595-1040).

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-866-278-5833 (TTY: 1-901-595-1040).

تنبيه: إذا كنت تتحدث بلغة أخرى، فيمكنك الاستعانة بخدمات المساعدة اللغوية المتوفرة لك بالمجان. يرجى الاتصال بالرقم 1-866-278-5833 (الهاتف النصي: 1-901-595-1040).

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.