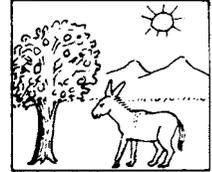


Ceguera y problemas de la vista

Los problemas de la vista pueden ser desde leves hasta muy graves. Cuando una persona no ve o ve muy poco, decimos que está ciega. Hay niños que están **completamente ciegos**; no ven nada. Sin embargo, **la mayoría de los niños 'ciegos' pueden ver un poco**. Algunos sólo pueden distinguir la diferencia entre la luz y la oscuridad, pero no alcanzan a ver las formas de las cosas. Otros pueden ver las formas de los objetos grandes, pero no ven los detalles.



Esto es lo que ve un niño con la vista normal.

Muchos otros niños no están ciegos, pero tienen algún **problema que no los deja ver claramente las cosas**. Algunos ven lo suficiente para hacer sus actividades diarias, pero se les dificulta ver los detalles. Puede que una familia no se dé cuenta que su niño tiene un problema hasta que note que no puede meter el hilo en una aguja, que no encuentra piojos al espulgar o que no alcanza a leer las letras del pizarrón en la escuela. Muchas veces, un niño así puede ver mucho mejor con lentes o con una lupa. (Un niño completamente ciego no puede ver nada, ni con lentes.)



Esto es lo que ve un niño algo ciego (objetos grandes pero no los detalles).

Algunos niños nacen ciegos. Otros se vuelven ciegos de pequeños, o más tarde.

PRECAUCION: No a todos los niños ciegos se les nota algo en los ojos. Se les pueden ver claros y normales. El daño puede estar atrás de los ojos o en el cerebro. Así que fíjese en otras señas que indiquen que un niño tiene problemas de la vista.

SEÑAS QUE PODRIAN INDICAR QUE UN NIÑO TIENE PROBLEMAS DE LA VISTA

- Los ojos o los párpados están rojos, tienen pus o constantemente forman lágrimas
- Los ojos se ven opacos, arrugados o empañados, o tienen llagas u otros problemas obvios.
- Una o ambas pupilas (el centro negro del ojo) se ven grises o blancas.
- A los 3 meses de edad, el bebé no sigue con los ojos una luz o un objeto que se mueve frente a ellos.
- A los 3 meses de edad, el niño todavía no trata de agarrar cosas que están frente a él, a menos que hagan ruido o lo toquen.
- Ojos 'bizcos', o un ojo 'se va de un lado' o se mueve de una forma diferente que el otro. (Es normal que un bebé tenga los ojos un poco bizcos hasta los 6 meses.)
- El niño entrecierra los ojos o inclina la cabeza para ver las cosas.
- El niño es más lento que otros niños en empezar a usar las manos, a moverse o a caminar, o a menudo se tropieza o es muy torpe.
- El niño muestra poco interés en los objetos de colores vivos o en los dibujos y los libros, o se los acerca mucho a la cara.
- Tiene dificultades para ver después de que se pone el sol (ceguera nocturna).
- En la escuela, el niño no alcanza a ver las letras del pizarrón. O no puede leer libros con letras chicas, o se cansa o le duele la cabeza cuando lee.



Esto es lo que ve un niño que sólo distingue de dónde viene la luz.



Esto es lo que ve un niño completamente ciego.

Si un niño muestra alguna de estas señas, revísele la vista, y si es posible, llévalo a que lo vea un promotor de salud o un especialista de los ojos. A veces, es posible salvar la vista con medidas preventivas o un tratamiento temprano. (Vea la pág. 245.)

Hablamos de los métodos para **revisar si un bebé puede ver** y para **medir la visión de los niños** en las actividades NIÑO-a-niño, págs. 452 y 453, y en *Ayudar a los niños ciegos*. Para más información sobre este libro, vea pág. 639.

CEGUERA CON OTRAS DISCAPACIDADES

Algunos niños con parálisis cerebral u otras discapacidades son también parcial o totalmente ciegos. Los padres quizás no se den cuenta de esto y piensen que el desarrollo lento del niño, o su falta de interés en las cosas, se deben a su discapacidad *física* y *mental*. De hecho, la ceguera puede ser, en gran parte, la causa.

Aun si el niño no tiene otra discapacidad, **la ceguera le puede retrasar y dificultar el desarrollo de las habilidades básicas. Si el niño no observa, no agarra o no muestra interés en las cosas que lo rodean, revise si puede ver (y oír).**

Nota: Algunos niños con daño cerebral o retraso mental muy grave pueden parecer ciegos. Quizás miren las cosas sin realmente verlas porque sus cerebros están al nivel del desarrollo de un niño recién nacido. Con mucha *estimulación*, poco a poco, algunos de estos niños empiezan a interesarse más por las cosas, a seguirlas con la vista y finalmente, a tomarlas.

CAUSAS DE LA CEGUERA

Diferentes personas tienen diferentes creencias sobre las causas de la ceguera. En algunas partes del mundo, la gente cree que un niño nace ciego como castigo por algo que hicieron los padres. En partes de América Latina, si un niño se vuelve ciego los campesinos creen que es porque un murciélago le orinó en los ojos o porque una mariposa nocturna negra le voló sobre la cara. En realidad, éstas no son las causas de la ceguera, y al ir informándose más, muchas personas abandonan estas creencias.

Hoy en día sabemos que **las causas más comunes de la ceguera en los niños son la desnutrición y las infecciones**, y que **la mayoría de los casos de ceguera pueden prevenirse**.

Causas comunes de ceguera en los niños:

1. **La xeroftalmía** ('resequedad de los ojos' o ceguera por desnutrición) es la causa más común de ceguera en los niños. Es común sobre todo en partes de África y Asia. Resulta cuando un niño no recibe suficiente vitamina A, la cual se encuentra en muchas frutas y verduras (también en la leche, la carne y los huevos). La xeroftalmía aparece en niños que no comen regularmente ninguna de estas comidas. Muchas veces, aparece o empeora rápidamente cuando estos niños tienen **diarrea, sarampión, tos ferina o tuberculosis**. Es mucho más común en los niños que no toman leche de pecho.

La xeroftalmía puede evitarse dándoles a los niños alimentos con vitamina A. Anime a las familias a que cultiven y coman papaya, calabazas, zanahorias y verduras de hojas verdes. **Asegúrese de que el niño coma estos alimentos regularmente, desde los 6 meses de edad.**

La vitamina A en cápsulas también previene la xeroftalmía, pero no debe reemplazar una dieta bien balanceada. Dé 200.000 unidades (60 mg. de retinol) cada 4 a 6 meses (100.000 unidades a niños menores de un año). No dé esta **dosis** tan grande más de una vez cada 4 a 6 meses, porque **si le da demasiada vitamina A al niño lo puede envenenar**. Para **tratamiento**, dé 200.000 unidades (U.) de vitamina A en una dosis, otras 200.000 U. al día siguiente y 200.000 U. dos semanas más tarde. A niños menores de un año deles la mitad de esta dosis. Consulte a un promotor de salud.

SEÑAS DE XEROFTALMIA

La primera señal puede ser la ceguera nocturna. En la oscuridad, el niño ve menos que los demás.



Luego se le ven 'secos' los ojos. La parte blanca del ojo pierde su brillo y se empieza a arrugar; luego se le forman burbujitas grises (manchas de Bitot).



Más tarde, la parte oscura (córnea) también se seca y se ve opaca a causa de muchos hoyitos:



Al fin, la córnea puede ablandarse, hincharse o reventar, y así causar la ceguera.



ALIMENTOS QUE LA PREVIENEN

- leche de pecho
- verduras de hojas verde oscuro
- verduras amarillas, rojas y anaranjadas
- leche entera
- yemas de huevo
- hígado y riñones
- pescado



2. **El tracoma** es la causa más común de la ceguera evitable en el mundo. Muchas veces empieza en niños y puede durar meses o años. Si no se trata pronto puede causar ceguera. Pasa de una persona a otra a través de las moscas o el contacto. Es más común en lugares pobres con malas condiciones de vida.



Muchas veces, el tracoma se puede prevenir manteniéndole limpios los ojos al niño y alejando las moscas. Para prevenir la ceguera por tracoma, trate los ojos a tiempo con pomada de tetraciclina. (Vea a un promotor de salud, o *Donde no hay doctor*, pág. 220.)

SEÑAS DE TRACOMA

- Para empezar, los ojos se ponen rojos, llorosos y adoloridos. O en los niños, el tracoma se puede desarrollar durante meses sin casi ninguna señal.
- Después de un mes o más, se forman bolitas dentro del párpado superior (de arriba).
- La parte blanca del ojo se hincha o se inflama.
- El borde superior de la córnea se ve blancuzco.
- Después de unos años, van desapareciendo las bolitas de los párpados y dejan cicatrices blancuzcas.
- Las cicatrices pueden jalar las pestañas dentro del ojo. Allí, éstas raspan la córnea y causan ceguera.

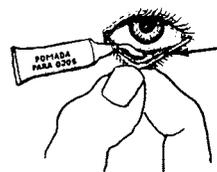
3. **La gonorrea o clamidia** en los ojos de los recién nacidos provoca ceguera si no se trata inmediatamente. Los ojos se enrojecen, se hinchan y tienen mucha de pus. Se puede prevenir la ceguera poniendo pomada de eritromicina o tetraciclina ó 1 gota de solución de yodo providona en los ojos de todos los bebés al nacer. (Una gota de solución de nitrato de plata detendrá la ceguera ocasionada por la gonorrea, pero no la que da la clamidia.) La madre puede pasar estas infecciones a su bebé al nacer incluso si no tiene señales de infección.



Si los ojos del bebé se ponen rojos, se hinchan o tienen pus durante el primer mes, puede tener una o ambas infecciones. Si no puede hacer una prueba para saber cuál enfermedad es la que causa la infección, dele al bebé medicina para ambas.

Tratamiento para la gonorrea: inyecte 125 mg. de ceftriaxona en el músculo del muslo una sola vez.

Tratamiento para la clamidia: dele 30 mg. de jarabe de eritromicina por la boca, 4 veces al día durante 14 días.



Ponga la pomada adentro del párpado inferior (de abajo).

Si un bebé desarrolla gonorrea o clamidia en los ojos, ambos padres deben ser tratados para estas infecciones también. Vea *Donde no hay doctor* (págs. 236, 237 y 360) o *Donde no hay doctor para mujeres*, Capítulo 16).

4. **La ceguera del río** (oncocercosis) es una causa muy común de ceguera en partes de Africa y América Latina. (Vea *Donde no hay doctor*, pág. 227.) La transmite un pequeño mosco negro (mosco Simulium) que se cría en ríos y arroyos. No es curable.



MOSCO SIMULIUM tamaño natural →

5. **El sarampión**, que puede lastimar la superficie de los ojos, es una causa común de ceguera, sobre todo en Africa y en niños desnutridos.

6. **El daño cerebral** muchas veces produce ceguera, usualmente junto con parálisis cerebral u otras discapacidades. El daño puede ocurrir antes, durante o después del parto. Las causas incluyen la rubéola (sarampión alemán) durante el embarazo, la falta de oxígeno (aire) al nacer y la meningitis. (Vea la pág. 91.)

7. **Las heridas de los ojos** muchas veces causan ceguera. Los objetos puntiagudos, los fuegos artificiales (cohetes), el ácido, la lejía y las bombas de dinamita para pescar hechas en casa son algunas causas de la pérdida de la vista.

8. Además, la ceguera en niños es a veces causada por otros problemas como la hidrocefalia (vea la pág. 169), la **artritis** (vea la pág. 136), la lepra (vea la pág. 219), los tumores cerebrales o ciertas medicinas (vea la pág. 246). A la mitad de los niños mayores con síndrome de Down les dan cataratas (nube en el cristalino del ojo).

ADVERTENCIA



ES PELIGROSOS correr con objetos puntiagudos.

EL USO DE MEDICINAS PARA LOS OJOS: ADVERTENCIA

Sólo use medicinas modernas o 'remedios caseros' que usted **sepa** que no dañan los ojos.

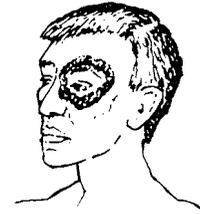
Unos medicinas que no deben usarse a menudo, y sólo deben usarse con mucho cuidado, son **las pomadas con corticosteroides**. Algunos doctores y promotores de salud las recetan casi para cualquier irritación del ojo. **Este es un error peligroso**. Si la irritación es a causa de un virus, la pomada podría empeorar la infección y dañar el ojo o dejarlo ciego.*

Algunos 'remedios caseros' son seguros y efectivos. Por ejemplo, en México los campesinos se ponen **una semilla mojada de chía** bajo el párpado, cuando les cae una basurita en el ojo. La semilla tiene una capita babosa, en la cual se pega la basurita. Por eso, al sacar la semilla, se sale también la basurita. Este es un remedio casero efectivo y seguro.



las semillas de chía—
un remedio útil

Algunos remedios caseros son peligrosos. Algunos campesinos tratan de curar las 'nubes de la vista' poniendo **excremento** (caca) humano alrededor del ojo. Esto no ayuda y puede causar una infección peligrosa. También es peligroso ponerse limón, **orina**, concha de abulón molida o pomada **Vicks** en el ojo.



excremento alrededor
del ojo—un remedio
peligroso

* Nota: Las gotas o pomada de corticosteroides son importantes para evitar la ceguera por iritis (vea "Artritis" y "Lepra"). Pero primero hay que hacer pruebas con 'fluresceína' para asegurarse de que la infección no es a causa de un virus. Consiga ayuda médica.

¿QUE FUTURO TIENE UN NIÑO CIEGO?

Con el apoyo de su familia y de la comunidad, un niño ciego usualmente puede desarrollar habilidades tan rápidamente y tan bien como los otros niños. **Ayudar a los niños ciegos** muestra cómo el niño puede aprender a comer, bañarse, vestirse y cuidarse por sí mismo; y a moverse sin ayuda en su casa y en el pueblo. Aunque no vea, desarrollará muy bien sus otros sentidos (el oído, el tacto y el olfato). Si puede ver un poco, hay que ayudarlo a hacer el mejor uso posible de la visión que tenga. Puede y debe ir a la escuela. Aunque no pueda leer, desarrollará su memoria.

Cuando se vuelva mayor, podrá ser campesino o artesano. Y si tiene la oportunidad de que lo entrenen, podrá aprender casi cualquier oficio. En lugares donde se les da la oportunidad, muchas de las personas ciegas son muy activas en la comunidad y llevan una vida feliz y plena. En varios países, hay personas ciegas que se han convertido en líderes, y han organizado a otras personas con discapacidad en la lucha por sus derechos y su autosuficiencia.

Desafortunadamente, muchos niños ciegos no consiguen la oportunidad de desarrollar sus capacidades. En algunos países, más de la mitad de los niños que nacen ciegos mueren de hambre o por descuido antes de los 5 años de edad. Los 2 siguientes relatos muestran cómo la comprensión y la ayuda de la familia y la comunidad pueden ser de gran importancia en la vida de un niño ciego.

SHANTI*

Shanti es una niña ciega que nació en un pueblito de la India. Cuando sus padres y sus abuelos se dieron cuenta de que estaba ciega, no le dijeron a nadie. Creían que un niño ciego era un castigo por los pecados cometidos. Si la gente del pueblo se enteraba de que Shanti estaba ciega, les perderían el respeto.

Por eso, un día llevaron a Shanti en secreto a un orfanato y la dejaron allí.

En el orfanato nadie sabía cómo cuidar a una niña ciega. Además había tantos otros niños que cuidar, que a nadie le quedaba tiempo para atender a Shanti.

La mantuvieron viva, pero nada más. Nadie le hablaba o la abrazaba con cariño, ni hubo quien tratara de estimular su desarrollo. Las enfermeras pensaban que Shanti no podía entender o reconocer nada a su alrededor. Así que mientras los otros bebés trataban de agarrar los objetos que veían y gateaban hacia las cosas que querían, Shanti se quedaba acostada silenciosamente en su catre.

La gente se acostumbró a la niña ciega. La movían cuando era necesario, la bañaban y le daban de comer. La alimentaban con un biberón o metiéndole comida en la boca. Pero nadie trató de enseñarle cómo comer sola, o cómo hablar o caminar.

A medida que iba creciendo, Shanti se pasaba más y más tiempo sentada junto a la puerta, meciéndose y picándose los ojos. (Vea la pág. 364.) Nunca decía nada y sólo lloraba cuando tenía hambre. Los otros niños no se le acercaban; le tenían miedo a sus ojos muertos. Todos creían que tenía *retraso* mental y que no había forma de ayudarla.



Con el tiempo, Shanti empezó a hablar y a caminar. Pero la apariencia triste y dura de su cara nunca desapareció. Ahora, a los 7 años de edad en cierto modo es como una niña de 2 años. Pero, a la vez, se ve muy envejecida. Sólo podemos imaginarnos qué será de su futuro.

*Relato adaptado de *Cómo criar a un niño ciego*, escrito por Dorothea Fichtner.

RANI

Rani también es una niñita ciega que nació en otro pueblo de la India. Al igual que la familia de Shanti, cuando sus padres se dieron cuenta de que estaba ciega, se preocuparon por lo que diría la gente. Pero la abuela de Rani, quien había perdido la vista poco a poco 5 años antes, dijo, —Yo creo que debemos hacer todo lo posible por la niña. Véanme. Yo también estoy ciega, pero tengo los mismos sentimientos y necesidades que cuando podía ver. Y puedo hacer casi todo lo que podía hacer antes. Traigo agua del pozo, muelo el arroz, ordeño las cabras,...

—Pero usted ya sabía hacer todas esas cosas desde antes —dijo el padre— ¿Cómo va a aprender la niña si está ciega?

—Tenemos que ayudarla —dijo la abuelita—. Así como yo aprendí a hacer las cosas usando el oído y el tacto, así va a aprender la niña. Yo puedo ayudarla, pues ya sé cómo se siente. Además podemos pedirle ayuda a la promotora de salud.

Al día siguiente vino la promotora. No sabía mucho sobre la ceguera, pero sí un poco sobre el desarrollo *infantil*. Les aconsejó que le estimularan a Rani los sentidos dándole cosas para oír, tocar y oler. Así compensarían por lo que no podía ver. —Y hablemle mucho —les dijo.

La familia siguió sus consejos. Le ponían a Rani toda clase de objetos en las manos y le explicaban qué eran. Le dieron cascabeles y campanillas, latas y botellas para que hiciera ruido. La abuelita, sobre todo, se llevaba a Rani a todas partes y la hacía tocar y escuchar todo. Jugaba con ella y le cantaba. A los 2 años de edad, su abuela le enseñó a guiarse a lo largo de las paredes y el cerco, como ella lo hacía. A los 3 años, Rani ya sabía cómo ir sola a la letrina y al pozo. Y cuando tenía 4 años, la promotora de salud habló con los vecinos y organizó unas actividades NIÑO-a-niño sobre la ceguera con los niños. Después de eso, algunos niños se hicieron amigos de Rani e iban a jugar con ella. A veces todos se tapaban los ojos y trataban de encontrar algo o adivinar qué era alguna cosa. Rani casi siempre ganaba en estos juegos.

A los 6 años, Rani empezó a ir a la escuela. Sus amigos iban por ella todos los días. Cuando se iban caminando todos juntos, era difícil adivinar quién estaba ciego.



ESTIMULACION TEMPRANA

Un niño ciego tiene las mismas necesidades que otros niños. Necesita que lo quieran, no que le tengan lástima. Necesita llegar a conocer a las personas de su familia y diferentes cosas a través del tacto, los sonidos, los olores y los sabores. Toda la familia le puede ayudar a conocer mejor su hogar y a darse cuenta de lo que sucede a su alrededor.

El primer juguete de un bebé es su propio cuerpo. Como un bebé ciego no puede ver cómo mueve las manos y los pies, quizás usted tenga que ayudarlo a sentirlos, probarlos, olerlos y explorarlos.

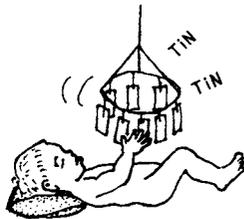


Ayúdele a que compare, a través del tacto y los sonidos, su propia cara y otras caras para que empiece a reconocer a diferentes personas.



Las actividades para ayudar al niño a desarrollar más rápidamente las habilidades básicas se explican en el Capítulo 35, págs. 301 a 318. La mayoría de esas actividades le pueden servir a un niño ciego. Pero **como no puede ver, necesitará más estimulación en otras áreas. Es importante sobre todo que desarrolle el oído y el tacto, y que empiece a agarrar cosas y a moverse de un lugar a otro.** Use juguetes y objetos de diferentes formas, que se sientan diferentes al tocarlos y que hagan diferentes sonidos. (Vea las págs. 468 a 476 y *Ayudar a los niños ciegos.*)

Quizás al principio tenga usted que ponerle el juguete en la mano al niño o guiarle la mano hacia el juguete. O quizás tenga que colgar cosas cerca de él para que las toque cuando mueva las manos.



En cada etapa del desarrollo del niño, llámelo la atención con objetos ruidosos. Haga que trate de alcanzarlos y que se mueva para agarrarlos.



Felicítelo cuando lo haga o trate de hacerlo.

Además de las actividades especiales, **asegúrese de que el niño pase la mayor parte del día donde pueda aprender algo sobre la gente y las cosas.** Para todo lo que haga, **háblele**, dígame los nombres de las cosas y explíquele lo que usted—y él—están haciendo. Al principio no entenderá, pero su voz le hará saber que usted está cerca. Escuchando las palabras y los nombres de diferentes cosas se preparará para hablar.

Platíque con el niño mientras hace el trabajo de la casa. Dígame qué causa el ruido que escucha.



Cántele al niño y anímelo a moverse al son de la música.

También anime a los niños ciegos a hacer su propia música.



En la pág. 469 damos ejemplos de instrumentos musicales hechos en casa.



Salga mucho con el niño: llévalo a la tienda, al río, al corral, a la plaza. Muéstrelle y explíquele diferentes cosas y dígame qué cosas hacen los diferentes sonidos que él oye.

Es importante que un niño ciego reciba ayuda especial y estimulación desde los primeros meses de vida. Sin ayuda, el niño se atrasará mucho en su desarrollo. Puede volverse muy callado, no hacer mucho y tener miedo de ir de un lugar a otro. Así su familia no esperará mucho de él, y no le dará la oportunidad de aprender diferentes cosas. Como resultado, él se atrasará aún más.

Pero **si un niño ciego tiene la estimulación y la ayuda que necesita desde muy pequeño, desarrollará muchas habilidades tan rápido o casi tan rápido como cualquier niño que sí ve.** Así su familia esperará más de él y lo incluirá más en sus actividades. Como resultado, es probable que se desarrolle tan rápido como cualquier niño de su edad. Probablemente podrá empezar a ir a la escuela al mismo tiempo que los demás niños.

COMO AYUDAR AL NIÑO A MOVERSE DE UN LUGAR A OTRO

Un niño ciego muchas veces se tarda en aprender a moverse de un lugar a otro y necesita ayuda y estimulación adicional. Algunas de las actividades del Capítulo 35 para arrastrarse, gatear, pararse y caminar le ayudarán. Aquí tiene otras sugerencias.

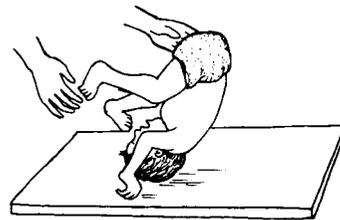
Cuando el niño esté empezando a arrastrarse o gatear, usted puede dejar juguetes y objetos interesantes en diferentes lugares donde él los vaya a encontrar. Esto lo animará a explorar y descubrir cosas.



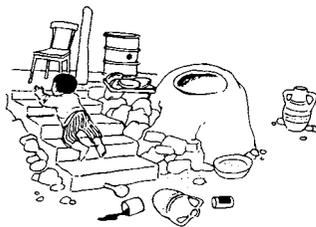
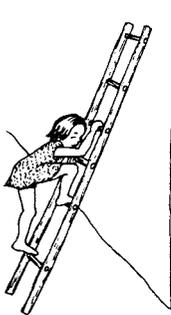
Pero cuando el niño empiece a caminar, trate de mantener todo en su lugar para que él no se tropiece de repente y pierda el ánimo de moverse. Si cambia algo de lugar, muéstrele dónde lo puso.



Juegue y haga ejercicios con él que le den más confianza para usar el cuerpo y para moverse.



Anime al niño a aventurarse, a explorar su mundo y a hacer todas las cosas que un niño normalmente hace. Protéjalo de los peligros—pero no lo proteja demasiado. Recuerde, todos los niños se caen cuando aprenden a caminar. Lo mismo le pasa a un niño ciego.



Enséñele a guiarse por las paredes y los cercos.

El niño puede aprender a sentir la orilla del camino con los pies, y a sentir las plantas u otros objetos con las manos.



Si el niño no empieza a caminar sin ayuda, déjelo que empiece por empujar una andadera, una silla o una carretilla.

No lo fuerce a caminar solo si no se siente seguro todavía. Un día empezará a caminar solo, al principio dando sólo unos pocos pasos, pero después con más confianza.



COMO ENSEÑARLE AL NIÑO A ORIENTARSE SOLO

Fuera de casa, muchas veces un niño ciego pedirá que usted lo lleve de la mano, y tendrá miedo de dar pasos solo o de tratar de encontrar el camino por sí mismo.

Para ayudarlo a que empiece a caminar solo, primero guíelo por donde usted quiere que camine. Muéstrole y déjelo que sienta las diferentes señas del camino (postes, árboles, plantas, casas).

Una buena manera de guiar al niño con la mano es dejándolo que le agarre sólo un dedo y pidiéndole que camine un paso atrás de usted.

Luego vuelva a caminar por el mismo camino, pero ahora camine hacia atrás, frente al niño y háblele mientras lo hace.

Una vez que se sienta seguro cuando usted camina frente a él, empiece a caminar detrás de él. Pídale que vaya nombrando las señas del camino.

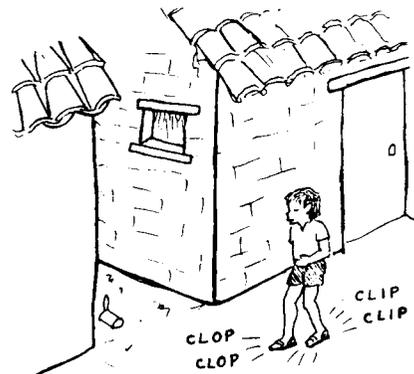


Poco a poco haga que el niño lo necesite menos. Hable menos y déjelo que se aleje más de usted.

Finalmente, déjelo que se vaya solo todo el camino. Empiece dejándolo ir a lugares cercanos. Después déjelo ir más lejos, por caminos con más vueltas y señas que tenga que recordar.

Cuando haya progresado hasta este punto, el niño tendrá el orgullo de saber que él solo puede resolver algunos problemas. Estará listo para aprender nuevas cosas, enfrentarse a otras dificultades y explorar nuevas áreas.

A veces el niño se caerá. Es una buena idea que practique a caerse sobre un suelo blando. Enséñele a sacar las manos y a doblar las rodillas cuando se caiga. Así será menos probable que se lastime.



El niño necesita aprender a 'ver' con los pies y a estar preparado a encontrarse algo inesperado en el camino. Invente juegos. Dígame que ha puesto cosas en su camino. Vea si puede pasar sin tropezarse ni caerse.

Ayúdele a distinguir cómo cambia el sonido de sus pasos (o de su bastón) cuando está en terreno abierto y cuando está cerca de una casa o de una pared. Con práctica, puede aprender a distinguir a qué distancia están las cosas según los sonidos que oye.

USO DE BASTÓN

Un bastón largo puede ayudarle al niño a guiarse y darle más confianza, sobre todo para caminar por lugares que no conoce bien. Con práctica, también le puede ayudar a caminar más rápido, y de una forma más normal, dando pasos largos y seguros. Esto es porque con el bastón puede sentir más pronto lo que está en su camino. Probablemente, lo mejor es enseñarle a un niño a usar un bastón a los 6 ó 7 años.

El bastón debe ser delgado y liviano. De largo, le debe llegar al niño entre los hombros y la cintura. Puede o no tener un mango curvo.



Al principio deje que el niño camine rozando el suelo frente a él con el bastón. Su brazo debe estar derecho.

Déjelo que juegue a encontrar el camino. Pero no lo apure. Deténgase antes de que él se aburra. Al principio, bastarán 5 ó 10 minutos.

Una vez que se acostumbre al bastón, camine a su lado y anímelo a dar pasos largos y parejos.

Pídale que mueva el bastón de lado a lado, y vea si encuentra cosas en su camino.



Con el tiempo puede aprender a usar mejor el bastón:

Hay que mover el bastón de lado a lado rozando el suelo.

El ancho del movimiento debe ser un poco mayor que el ancho de los hombros.

Cuando el bastón llega a un lado, hay que dar un paso con el pie del lado contrario.



En una vereda angosta o pedregosa alguien puede guiar al niño con el bastón.

O el niño se puede agarrar del codo o de la mano de la persona.



El niño puede aprender a sentir la altura de escalones y banquetas para poder subirlos.



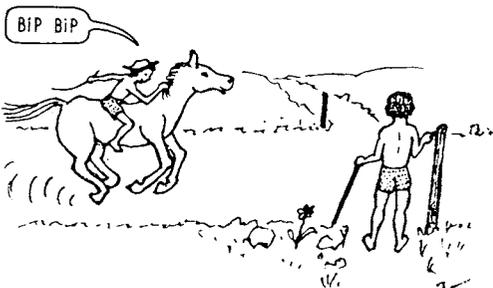
CORRECTO

Para subir escalones, es mejor sostener así el bastón para sentir la posición de cada escalón.



INCORRECTO

No hay que sostenerlo así. El bastón podría atorarse de repente y golpear al niño en la barriga.



Enséñele al niño a escuchar cuidadosamente si hay tráfico en una calle o carretera antes de cruzarla.

Puede ser útil poner postes o señas en los cruces para que el niño sepa dónde está o dónde dar vuelta.

Pero siempre que sea posible, **enséñele a guiarse usando las 'señas' que ya están allí.**

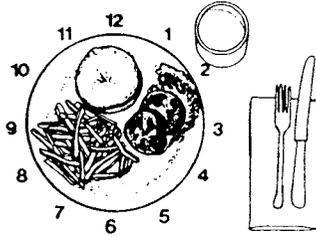


A veces el niño también se puede guiar siguiendo una cuerda o un barandal.

USO DE LAS MANOS Y DESARROLLO DE LAS HABILIDADES

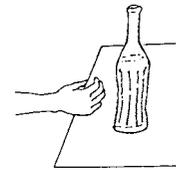
Enséñele al niño que no ve bien a hacer toda clase de cosas incluyendo cómo comer, vestirse, bañarse e ir al baño. Hay ideas de cómo desarrollar estas habilidades del Capítulo 36 al 39.

Al principio quizás necesite ayudar al niño a sentir las cosas guiándole las manos.



Para ayudarlo a encontrar las diferentes cosas de comer en su plato, trate de ponerlas siempre en el mismo lugar. Cuando el niño crezca y aprenda a usar el reloj, ayúdele a imaginarse su plato como un reloj. Dígale a qué hora está cada cosa en su plato. Aquí el vaso de agua está a las 2. Póngalo siempre a las 2.

Enséñele al niño a siempre **poner en el mismo lugar** los platos, vasos, botellas y otras cosas que pueden quebrarse fácilmente. Enséñele a recordar dónde pone las cosas y a aprender cómo estirar la mano para agarrar algo sin tumbarlo. **Si el niño acerca el dorso (en vez de la palma) de la mano a los objetos es más difícil que los tire.** (Esto toma práctica y habrá accidentes, pero es la mejor manera de aprender. No le ponga todo al niño en la mano ni haga todo por él tan sólo por evitar un tiradero. Los accidentes son parte del aprendizaje.)



Ayude al niño a que aprenda a reconocer diferentes formas y tamaños con los dedos, y también a distinguir cómo se sienten diferentes cosas. Póngalo a jugar con juguetes y rompecabezas para que aprenda a juntar diferentes piezas en un cierto orden. En las págs. 468 a 476 hay ejemplos de juguetes y rompecabezas.

Enséñele al niño qué cosas debe evitar y con cuáles debe ser precavido para no lastimarse: fuego, sartenes calientes, cuchillos, perros y mulas que pueden morderlo o patearlo, hoyos, pozos, brechas, lagunas o ríos. No sólo le diga "¡NO!" Ayúdele a entender el peligro.



PRECAUCION: Siempre que sea posible, mantenga las cosas peligrosas fuera del alcance del niño o ponga cercos alrededor de ellas, y tome otras precauciones para proteger al niño—sobre todo hasta que sea más grande y aprenda a ser más cuidadoso.

Dele al niño **la oportunidad de ayudar** con las tareas de la casa. Esto le ayudará a desarrollar sus habilidades y a participar en la vida familiar.



Pedro ayuda a mecer a su hermanito.



A Mina le enseña a cocinar su mamá, guiándole las manos y explicándole cada paso.

Cuando el niño haya aprendido a manejar cosas grandes con las manos, ayúdele a sentir y manejar cosas más pequeñas. Por ejemplo:

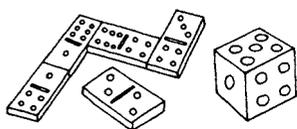
Puede ayudar a limpiar el arroz.



Si alguien le dedica tiempo al niño, él puede aprender a hacer muchas de las tareas de la casa y también artesanías. Puede ayudar a tejer manteles, tapetes, ropa y canastas, lo que a su vez le ayudará a usar mejor las manos.



También busque juegos y juguetes que le ayuden al niño a sentir detalles finos y formas pequeñas con los dedos.



Por ejemplo, se pueden hacer dominós y dados de madera. Para los puntos se pueden usar clavos con la cabeza redondeada o hacer hoyos con un taladro.

El niño aprenderá a sentir los puntos con la punta de los dedos y al mismo tiempo empezará a usar los números y a contar.

Puede empezar con dados y dominós 'gigantes', y cuando el niño aprenda a sentir mejor con los dedos, cámbielos por otros más chicos. Esta será una buena preparación para hacer diferentes trabajos finos y quizás para aprender a leer 'braille'.

ESCUELA

Los niños ciegos deben tener la misma oportunidad de ir a la escuela que otros niños. En la actividad NIÑO-a-niño sobre la ceguera (pág. 449) damos ejemplos de cómo los niños de la comunidad pueden ayudar a un niño ciego a ir a la escuela, y cómo le pueden ayudar en el salón de clase y con sus estudios.

En la mayoría de los países hay escuelas especiales, donde algunos niños ciegos aprenden a leer y escribir 'braille'. El braille es un sistema de puntos levantados, que representan letras y pueden leerse con la punta de los dedos. Fue inventado hace muchos años por un niño ciego francés llamado Louis Braille.

En las escuelas rurales no se enseña el braille. Pero hay **muchas otras maneras** de que el niño se eduque.

A un alumno ciego, **una grabadora** pequeña le puede ayudar mucho a tomar notas y repasar lecciones. La familia debe tratar de ahorrar para comprar una. O los demás alumnos pueden hacer una rifa o una colecta para comprarla. Otros niños pueden ayudar a grabar las lecciones de sus libros escolares, y cuentos o información de otros libros.



ALFABETO BRAILLE

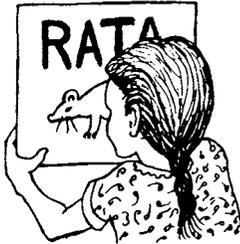
a	b	c	d	e	f	g
h	i	j	k	l	m	n
ñ	o	p	q	r	s	t
u	v	w	x	y	z	
á	é	í	ó	ú	ü	

Louis Braille inventó su alfabeto de puntos a los 14 años. Los puntos se marcan en una hoja gruesa, por el lado opuesto, con una herramienta puntiaguda llamada 'estilo'.

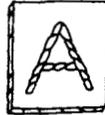
IMPORTANTE: Para poder mantenerse al tanto de sus estudios, un niño ciego necesitará ayuda. En la escuela uno de sus compañeros puede leerle en voz alta las lecciones. Pero quizás también necesite ayuda fuera de la escuela. Un hermano o hermana mayor u otro niño de su clase podría ayudarle a estudiar en casa.

Recuerde, **la mayoría de los niños 'ciegos' pueden ver un poco. Anime al niño a usar la vista que tenga.** Si puede ver letras grandes en el pizarrón, escriba letras grandes y claras, y asegúrese de que el niño se siente adelante. **Vea que haya buena luz, y que las letras y cosas oscuras resalten contra un fondo claro.**

Si el niño puede ver un poco, para ayudarle a aprender las letras, hágalas **GRANDES.** Use papel blanco y tinta oscura.



Para que el niño aprenda a reconocer la forma de las letras con el tacto, las puede usted hacer de una de estas maneras.



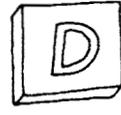
cuerda pegada o clavada a una tabla o cartón



madera cincelada



letras de cartón pegadas sobre papel grueso



letras de yeso o barro



En el salón de clases, una **charola con barro suave o lodo** es útil para escribir y sentir las letras con los dedos.



Afuera, los niños pueden escribir en **la arena, el lodo o el barro.**

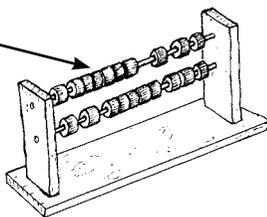


tabla con hilos estirados que pasan por hoyitos

Cuando el niño empiece a escribir, puede usar una tabla como esta para escribir derecho. O usted puede marcar líneas muy oscuras sobre el papel.

Para ayudarle al niño a empezar a contar, puede usted hacerle un **'marco para contar'** sencillo. El niño puede mover las cuentas de un lado a otro para contar, sumar y restar.

cuentas de madera o anillos de bambú



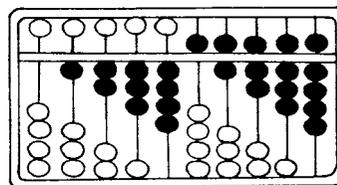
Un tablero con postecitos como éste, puede ayudarle al niño a aprender los números usando el tacto— y además a notar pequeñas diferencias entre las cosas.



Una vez que el niño se vuelva más hábil con los números, puede aprender a usar un **'ábaco'** o marco especial para contar, que tiene cuentas (bolitas) ensartadas en alambres. Las cuentas se deslizan hacia arriba o hacia abajo para formar números. Con práctica, un niño ciego puede aprender a sumar y restar con un ábaco igual de rápido que los otros niños con papel y lápiz.

UN ABACO

millares
centenas
decenas
0-9



0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

(En realidad todas las cuentas son del mismo color. Aquí unas están negras para que quede más claro cómo se usan.)

Las cuentas en las posiciones que se muestran representan estos números.

Estos 4 alambres representan el número 6789. Note que una cuenta sobre la barra del centro tiene 5 veces el valor de cada una de las cuentas justo abajo de ella.

TRABAJO

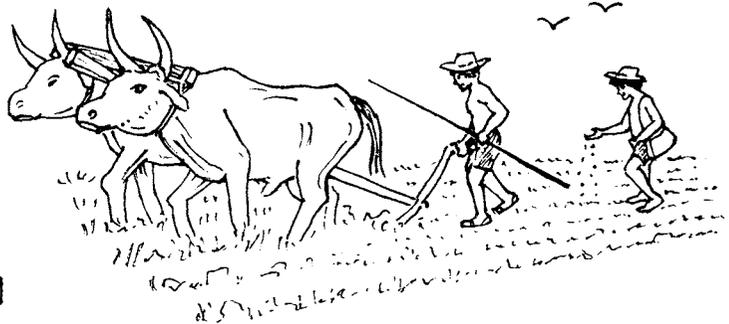
A medida que el niño ciego va creciendo, puede aprender a hacer muchas diferentes clases de trabajo. En la pág. 509 del Capítulo 54 presentamos una lista de los trabajos que las personas con discapacidad pueden hacer. Con frecuencia las personas ciegas hacen las tareas marcadas con una*.

Al niño campesino ciego hay que darle muchas oportunidades de ayudar con el trabajo de la casa y del campo. **Hay que incluirlo en las tareas diarias como a cualquier otro niño.** Lo que empieza como juego e *imitación* se convierte en el desarrollo de habilidades útiles.

Una familia campesina puede empezar a incluir a su niño ciego en el trabajo de la huerta y del campo desde pequeño.



Para que el niño comprenda todos los pasos para producir los alimentos, puede empezar plantando semillas, regándolas y cuidándolas mientras crecen, para después cosecharlas, cocinarlas y comérselas.



Más tarde, puede ir al sembrado (milpa) con su papá o su mamá para ayudar a sembrar. Aunque no vea, puede sentir los surcos del arado con los pies.

Trate de incluir al niño en cada parte del trabajo de la casa y del campo. Al principio explíquelo todo lo necesario y guíelo. Luego vaya ayudándole cada vez menos hasta que el niño pueda hacer todo el trabajo solo.

VIDA SOCIAL

El niño ciego debe tener las mismas oportunidades que los otros niños de la comunidad. Llévelo con usted, y después mándelo, al mercado, al río, a la escuela y a la iglesia. Présenteselo a la gente que conoce. Explíqueles que es un niño activo como cualquier otro, sólo que no puede ver. Pídales que cuando lo vean le hablen y le contesten sus preguntas y le ayuden a encontrar lo que busca. También pídale que no hagan todo por él, sino que le ayuden a hallar la manera de hacerlo por sí mismo. Poco a poco, la gente se dará cuenta de que un niño ciego puede hacer mucho más de lo que se imaginaban. Y empezarán a respetarlo y apreciarlo. Cuando haya otro niño ciego en la aldea, su vida será más fácil.

Lleve al niño a reuniones, circos, cines y a las fiestas del pueblo. Explíquelo lo que no pueda ver.

Las personas ciegas pueden casarse y tener hijos. Pueden ser tan buenos padres como las personas que ven.

PREVENCIÓN DE LA CEGUERA

La mejor manera de prevenir la ceguera es **manteniendo a los niños bien alimentados, limpios y saludables**. Durante el embarazo, la madre también necesita comer suficientes alimentos nutritivos y evitar las medicinas que podrían dañar al bebé. Para más información, vea un libro como *Ayudar a los niños ciegos* o póngase en contacto con los grupos que mencionamos en la pág. 639.

En breve, **éstas son varias de las medidas para prevenir la ceguera en niños:**

- Proteja los ojos de todos los bebés poniéndoles pomada de eritromicina o tetraciclina al nacer. (Vea la pág. 245.)
- Si está embarazada, manténgase alejada de las personas con rubéola y otras enfermedades infecciosas, evite medicinas peligrosas y trate de comer bien.
- Vacune a los niños contra todas las enfermedades infecciosas que sea posible.
- Dele leche de pecho a su bebé el mayor tiempo posible.
- La madre y el niño deben alimentarse bien. Deben comer alimentos ricos en vitamina A. Muchas veces, a los niños les da diarrea y xeroftalmía ('resequedad de los ojos') cuando se les deja de dar pecho. Así que cuando el bebé empiece a comer otros alimentos, dele papaya molida u otras comidas con vitamina A, todos los días.
- Mantenga al niño y la casa limpios. Construya y use letrinas, y manténgalas cubiertas. Trate de protegerse contra las moscas. Lávese las manos con agua y jabón, sobre todo antes de comer y después de ir al baño.
- Manténgale limpios los ojos al niño. Si están infectados o tienen pus, láveselos seguido con un trapo limpio mojado con agua limpia, y consulte a un promotor de salud.
- A los niños con sarampión deles alimentos con mucha vitamina A (o vitamina A en cápsulas, vea la pág. 244) porque con el sarampión aumenta el peligro de que les dé xeroftalmía.
- A todas las personas con señas de trácoma trátelas inmediatamente. Para el tratamiento de diferentes problemas de los ojos consulte a un promotor de salud o un libro como *Donde No Hay Doctor*.
- Mantenga los objetos puntiagudos, balas, explosivos, ácidos y lejía fuera del alcance de los niños y explíqueles por qué son peligrosos. Adviértales que es peligroso aventar al fuego botellas cerradas, latas o balas. También explíqueles cuáles plantas pueden dañarles los ojos. (Por ejemplo, el jugo de la hiza, una higuera venenosa de México, puede quemar los ojos como la lejía.) Trate inmediatamente cualquier herida del ojo.
- Enseñe a los niños a no tirar piedras o palos a otras personas.
- Esté pendiente de cualquier seña de problemas con los ojos y dificultades para ver en los bebés y niños. Revise si ven bien a los 2 meses de edad y antes de que empiecen a ir a la escuela.
- Organice a los niños para que les revisen la vista a sus hermanitos y hermanitas. (Vea NIÑO-a-niño, pág. 452.)
- Ayude a todos a entender que **es posible prevenir casi todos los tipos de ceguera en niños**. Enséñele a la gente lo que se puede hacer.

Hablamos de las precauciones especiales para proteger los ojos que han perdido la sensibilidad en el Capítulo 26 sobre la lepra. (Vea la pág. 223.)

