Come aiutare il bambino a sviluppare una buona vista

Salute e Benessere

Inviato da : Angela Vivo

Pubblicato il : 12/11/2023 9:10:00

Un neonato non ha la capacita' di mettere a fuoco oggetti lontani e non ha ancora una perfetta visione binoculare.



Un neonato non ha la capacita' di mettere a fuoco oggetti lontani e non ha ancora una perfetta visione binoculare,Ã percio'Ã puo'Ã accadere che un occhio vada fuori linea rispetto all'altro , uno strabismoÃ neonataleÃ che normalmente scompare autonomamente con la crescita eÃ lo sviluppo della visione binoculare, il rafforzamento dei muscoli oculari e la capacita' di coordinazione dei movimenti ma, il neonato vede,Ã mettendo a fuoco fino ad una distanza di 20-25 cm.

Questa e' la distanza utile alle esigenze del neonato perÃ instaurare un primo e importantissimo contatto visivo con il seno e con gli occhi della mamma che lo nutre.E' importante che, anche la mamma che porta gli occhiali, li tolga per allattare il suo bambino, in modo che i loro occhi stabiliscano un contatto visivo intimo . Gli occhi esprimono le nostre emozioni e trasmettono al bambino cio' che abbiamo nel cuore.La vita sedentaria, il troppo computer e lo troppa televisione, riversare i nostri ritmi ed il nostro stress sui bambiniÃ provoca a loro tensioni muscolari,Ã Ã muscoli oculari compresi.Anche la lettura deveÃ essere ben equilibrata con del movimento fisico. L'occhio e' fatto per muoversi, guardare lontano, vicino, ossigenarsi, riposarsi, e qualsiasi costrizione a lungo termine in una sola posizione provoca uno sforzo al sistema visivo .

Cosa possiamo fare per aiutare il nostro bambino a sviluppare una buona vista ?

DALLA NASCITA AI 12 mesiÃ alcuni consigli ed esercizi :

Il contatto con il volto e il seno della mamma; - suoni, canzoni, parole, giochi spontanei con le dita ;-il massaggio per la vista ;-la sedia a dondolo o dondolare tenendolo in braccio;-oggetti di colori vivaci e forti da colpire e toccare;-il gioco vicino-lontano;-il dondolio dell'aquilotto;- per un occhio pigro;ilÃ dott. LeboyerÃ affermava che i neonati devono essere rassicurati sul fatto che il mondo fuori dall'utero siaÃ vivo e caldo, pulsante e amichevole:MASSAGGIAREÃ il corpo del proprio bambino, dopo il bagnetto, disattiva gli ormoni dello stress accumulati nell'uteroÃ ed e' una comunicazione pre-verbaleÃ che rafforza i legami e allenta le tensioni.Ã Â In particolare il trapezio e i flessori posteriori del collo sono iÃ punti di riflessoÃ legati al sistema visivo e alla base della schiena troviamo un punto chiamato Ã'il brutto anatroccoloÃ' che, massaggiato comunica fiducia in se stessi e nel mondo.

IL GIOCO VICINO-LONTANO

Tenendo in mano un oggetto colorato, muoverlo in tutte le direzioni . Meglio scegliere un oggetto piuttosto grande e con colori decisi (rosso Ã– verde Ã– blu elettrico Ã– giallo forte). La binocularita' non e' ancora sviluppata (cioe' i due occhi che guardano insieme contemporaneamente)Ã per cui si potra' notare differenze nel movimento dei due occhi fino a 4/5 mesi di eta'ed e' normale,ma, questo esercizioÃ e' ottimo per stimolareÃ il sistema visivo.Completate l'esercizio muovendo l'oggetto scelto vicino all'occhio Ã– lontano dall'occhio . Questo movimento stimola l'accomodamento e i muscoli estrinseci.

IL DONDOLIO DELL'AQUILOTTO

Prendete in braccio il vostro bambino, con il viso rivolto non verso di voi ma verso il mondo esterno e dondolate dolcemente da destra a sinistra e da sinistra a destra canticchiando una canzoncina. Questo esercizio favorisce la mobilita' oculare.

SE IL BAMBINO HA UN OCCHIO PIGRO…

Coprite l'occhio piu' forte del bambino con la vostra mano e, con l'altra portate verso di lui un oggetto colorato . Portatelo vicino all'occhio e poi lontano, sempre tenendo coperto delicatamente l'altro occhio. AssicurateviÃ che l'oggetto scelto sia interessante per il bambino e che possa prenderlo e/o metterlo in bocca senza pericoli.

BUON BATES A PICCOLI E GRANDI !