



Como Prepararse para el Examen de la Vista de su Hijo/a en 10 Pasos Sencillos

1. Obtenga un cuaderno y tráigalo a TODAS las citas médicas (¡no solamente a él oculista!). Escribir apuntes es una manera fácil de recordar información importante, recordar sus preguntas, e incluso anotar sus sentimientos durante la cita.
2. Fijar el horario de la cita a una hora del día que sea mejor para su hijo/a - cuando usualmente está despierto/a, alerta/a, y feliz. El oculista (optometrista u oftalmólogo) tal vez necesitara un período de “calentamiento” con usted y su hijo/a.
3. Pide una cita más larga (30 minutos en vez de 15 que es lo normal) para tener más tiempo para hacer preguntas y discutir sus preocupaciones.
4. Esté preparado a proveer un historial médico y del desarrollo de su hijo/a, junto con antecedentes familiares de problemas médicos y visuales.
5. Si viene de otro oculista o está buscando segunda opinión, solicite a la oficina del primer oculista a enviar los registros médicos antes de la cita, o traiga los registros con usted.
6. Esté preparado para comunicar sus observaciones de las habilidades visuales de su hijo/a con el oculista. ¿Cuáles son sus preocupaciones?
7. Lleve algo de comer o algún/os objetos de entretenimiento (juguetes, libros) para su hijo/a como así también juguetes u objetos que a su hijo/a le gusta mirar.
8. Partes del examen pueden ser difíciles para su hijo/a. Es posible que su hijo/a lllore o se retuerza a causa de gotas para los ojos o luces brillantes.
9. Antes de su cita, tómese su tiempo para escribir sus preguntas en su cuaderno. Traiga el cuaderno con usted para anotar las respuestas de sus preguntas. Escriba las instrucciones que el oculista le da (por ejemplo, el horario de medicamentos, citas de seguimiento) y terminología que usted quiere buscar. Mantenga un registro de sus preguntas y las respuestas del oculista en el cuaderno para que recuerde lo que quiere preguntar en cada cita. Las respuestas de una de estas preguntas pueden variar a medida que su hijo/a crezca.
10. Cuando sea posible, traiga a su esposo/a, miembro de la familia, amigo/a, o maestro/a de la vista para ayudar a escuchar los comentarios del oculista y escribir apuntes para usted. Si no comprende las respuestas de su oculista, siga preguntando hasta que comprenda. Si su oculista aún no se comunica bien, piense en cambiar de oculista.