

Problèmes visuels chez l'enfant

L'importance d'agir tôt pour favoriser son développement

Les premières années de vie de l'enfant sont une période critique pour le développement du système visuel. Elles constituent la fenêtre optimale d'intervention afin d'assurer le développement d'une vision normale et fonctionnelle.

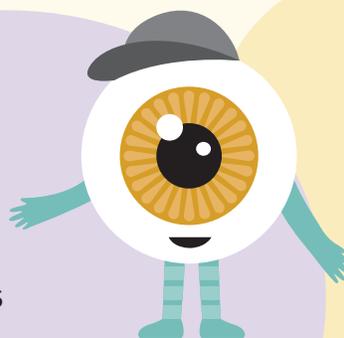
Un examen oculovisuel auprès d'un optométriste est recommandé même si l'enfant voit bien et ne semble pas avoir de problème. Tout comme l'audition et le langage, la vision est l'un des premiers éléments à considérer pour réaliser l'atteinte du plein potentiel de l'enfant en milieu préscolaire et scolaire.

80 %

de l'acquisition des connaissances passe par le système visuel

Dès la naissance, l'enfant apprend et communique par la vision et avec son regard. Au cours des 12 premières années de vie, 80 % de l'acquisition des connaissances passe par le système visuel.

Une phase importante de développement du système visuel survient avant l'âge de 3-4 ans.



30 %

seulement des enfants consultent actuellement un optométriste

et chez les moins de 5 ans, seulement 13 % des enfants consultent.

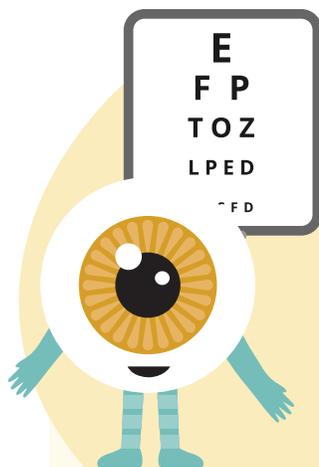


1 enfant sur 10

en préscolaire présente une condition oculaire ou visuelle pouvant nuire à son développement et à ses apprentissages

Dès les premiers mois de vie, il est important d'observer les yeux d'un bébé et de consulter rapidement un optométriste si un doute apparaît.

Il faut savoir qu'un enfant qui présente un problème visuel s'en plaint rarement et que bien que la majorité des parents soient convaincus qu'ils pourront déceler les problèmes visuels de leur enfant, très souvent ces problèmes passent inaperçus. Si le trouble visuel est présent à la naissance ou acquis en très bas âge, l'enfant peut croire à tort qu'il est normal de voir ainsi.



Couverture et dépistage

Au Québec, l'examen oculovisuel est couvert par la Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ) pour les jeunes de moins de 18 ans. Les moins de 18 ans bénéficieront de 250 \$ pour l'achat de lunettes et lentilles dès l'automne 2019, montant qui sera remboursé par la Régie de l'assurance maladie du Québec.

Le calendrier recommandé pour les examens oculovisuels est le suivant :

- Vers l'âge de 6 mois (en cas de soupçon ou inquiétude)
- Vers l'âge de 3 ans
- Avant l'entrée à l'école
- Chaque année, de 6 à 18 ans



X2

La myopie chez les enfants a doublé depuis les 20 dernières années

La myopie apparaît de plus en plus tôt dans le développement de l'enfant. L'âge moyen est passé de 10-11 ans à 8-9 ans. Sa progression est largement influencée par les travaux scolaires et la sollicitation accrue de la vision rapprochée par l'utilisation notamment des écrans.

Des conseils pour prévenir la myopie :

- Lors du travail au près (lecture, écriture, dessin) et de l'utilisation des tablettes ou autres écrans, s'assurer que l'enfant travaille à une bonne distance équivalente à la longueur de l'avant-bras. On doit aussi veiller à ce qu'il utilise un bon éclairage et l'encourager à respecter la règle du 30-30-30, soit effectuer une pause de 30 secondes toutes les 30 minutes, en regardant au loin à plus de 30 mètres.
- Le temps passé à l'extérieur aide également à prévenir l'apparition de la myopie chez les enfants. Il est d'ailleurs recommandé de passer au moins 45 minutes par jour à l'extérieur.
- Suivre les recommandations de la Société canadienne de pédiatrie concernant l'usage des écrans. Avant l'âge de 2 ans, ne pas permettre leur usage. De 2 à 5 ans, la recommandation est de moins d'une heure par jour et de deux heures par jour pour les 5 à 17 ans.

1 enfant sur 5

n'a pas les capacités visuelles optimales

À l'école primaire, au moins 1 enfant sur 5 n'a pas les capacités visuelles optimales pour assurer son apprentissage et sa réussite scolaire si ce problème demeure non corrigé.

Les signes à surveiller chez l'enfant pour déceler un problème visuel :

- Ne suit pas le développement visuel anticipé. Par exemple, ses yeux demeurent non coordonnés après l'âge de 6 mois;
- Cligne souvent des yeux, plisse le front ou se frotte les yeux;
- Est très sensible à la lumière et/ou ses yeux larmoient beaucoup;
- Se cache un œil pour regarder, fixe un point en tournant la tête;
- Pleure si l'un de ses yeux est caché, mais ne réagit pas si l'autre l'est;
- Se cogne souvent et/ou a de la difficulté à s'orienter;
- A un œil qui semble dévier.

Pour en savoir davantage :

Problèmes visuels chez l'enfant, document de l'Ordre des optométristes du Québec : www.ooq.org/sites/default/files/2019-10/VisionEnfant.pdf

Vision de l'enfant, information publiée sur le site Web de l'Ordre des optométristes du Québec : www.ooq.org/fr/la-vision-et-lenfant