

- ¿Su hijo mira fijamente las luces del techo?
- ¿Su hijo se siente más atraído por los objetos que están iluminados (p.e., juguetes, espejos, ventanas)?
- Si es demasiado brillante, ¿su hijo cierra o se frota los ojos?

La luz es necesaria para que la gente vea (Brown, 1990). Piensa en las luces que nos llaman la atención: los semáforos, las luces de los camiones de bomberos, el indicador de la estufa de la cocina cuando la estufa está caliente, las estrellas en el cielo... Resulta que la luz se utiliza para darnos pistas sobre nuestro entorno porque capta nuestra atención visual. Cuando los niños tienen una discapacidad visual, las luces se pueden usar para ayudar a desarrollar habilidades visuales porque es fácil de ver. A veces, demasiada luz es problemática debido al reflejo de la luz que crea deslumbramiento o sensibilidad a la luz. Un ejemplo son los menús de los restaurantes que tienen cubierta de plástico: cuando la iluminación del techo está directamente encima de la mesa y el menú, el resplandor que produce la luz dificulta la lectura del menú. Siempre es importante tener en cuenta la **luz del entorno** para ayudar a facilitar el aprendizaje de un niño cuando tiene una discapacidad visual.

Lola es una niña de 18 meses con diagnóstico visual de atrofia óptica. Su madre, Elaine, informa que a Lola siempre le gusta mirar las luces cuando están en casa. En las tiendas, a Lola le gusta mirar las luces del techo. Elaine dice que es difícil hacer que Lola mire juguetes o libros porque prefiere mirar a través de las ventanas de la casa. Después de recopilar información sobre su hogar y sus rutinas diarias, la maestra de intervención temprana de personas con discapacidad visual y Elaine identifican ideas que ayudarán a Lola a mirar objetos. Juntos, están de acuerdo en que la luz distrae demasiado a Lola. Elaine comenzará a usar lámparas con luz tenue en la esquina de la sala de estar, asegurándose de que Lola esté de espaldas a la lámpara y las ventanas, y cerrando las cortinas de las ventanas. Dado que la luz es tan motivadora para que Lola la mire, Elaine y la maestra discuten la necesidad de iluminar los objetos que quieren que mire usando la linterna del teléfono de Elaine detrás de la cabeza de Lola. También hablan de iluminar la bandeja de la silla de Lola antes del comienzo de cada comida. Elaine espera ayudar a dirigir la atención visual de Lola a los objetos que usa y ve todos los días.

Estrategias de grande, llamativo y luz brillante en las rutinas diarias

Si la luz no está presente, es difícil que alguien la vea. Para los niños, los juguetes o entornos con superficies iluminadas o reflectantes pueden **activar el sistema visual y atraer la atención visual en las** rutinas diarias. Algunas estrategias generales para atraer el interés visual de un niño incluyen:

- Cuando trabajes la atención visual, pasa de las fuentes de luz a la iluminación de luz indirecta, a los juguetes y entornos reflectantes.
- Fíjate en el color y los tipos de fuentes de luz a las que pone atención el niño.
- Si estas fuentes son silenciosas, ayudará al niño a confiar en la atención visual, no en los sonidos.

****Las luces intermitentes no deben usarse con niños que corren el riesgo de sufrir convulsiones (epilepsia fotogénica)**

Tiempo de juego/piso

- ___ Apague las luces del techo.
- ___ Cubra las ventanas con persianas o cortinas.
- ___ Utilice una lámpara dirigida que pueda enfocar en juguetes específicos.
- ___ Fomente el tiempo boca abajo para que los niños no estén boca arriba directamente bajo las luces brillantes del techo.
- ___ Cree una estructura similar a una tienda de campaña para bloquear la luz y el desorden visual (*cubra con una sábana oscura, construya un fuerte con una manta, o use cajas grandes*).
- ___ Use una linterna de mano (*o teléfono celular*) detrás del niño para que iluminar un objeto y este brille.
- ___ Utilizar objetos que reflejen la luz (*materiales de mylar, espejos irrompibles*).

Vestirse/cambiar pañales

- ___ Apague las luces del techo.
- ___ Encienda la lámpara con luz suave que no esté arriba del donde cambia el pañal.
- ___ Use una lámpara de mesa con cuello flexible para dirigir la luz hacia la cara del cuidador.
- ___ Pídale al niño que elija entre ropa que brille o resalten.

Hora de la comida

- ___ Coloque al niño de manera que esté de espalda a las ventanas y/o lámparas.
- ___ Utilice una lámpara que esté colocada detrás del espacio para comer del niño.
- ___ Presentar materiales en superficies retroiluminadas (*tableta o caja de luz*).
- ___ Use una linterna para mirar el biberón, la taza o la bolsa de la sonda de gastrostomía.
- ___ Use tazas, tazones o utensilios que brillen en la oscuridad.
- ___ Ilumine la cuchara McFlurry de McDonald's con una linterna.
- ___ Luces de dedo pegadas con cinta adhesiva a la cuchara.

Tiempo con el cuidador/padre

- ___ Use una linterna de mano (*puede ser luz del teléfono celular*) para iluminar libros o juguetes.
- ___ Utilizar objetos que reflejen la luz (*materiales mylar*).
- ___ Ilumine la cara del cuidador para que el niño pueda enfocarse fácilmente en ella.
- ___ Pegue el objeto a una tabla inclinada o carpeta de papeles para reducir el resplandor/brillo.
- ___ Siéntese frente a un espejo bien sujeto a la pared o que no pueda romperse.

Tiempo al aire libre

- ___ Anime al niño a usar sombreros para reducir el resplandor de las luces del techo.
- ___ Anime al niño a usar lentes de sol o con polarizado.
- ___ Coloque al niño de manera que no esté boca arriba directamente bajo la luz del sol brillante.
- ___ Visite exhibiciones de luces al aire libre (*por ejemplo, luces de zoológico, fuegos artificiales, exhibiciones navideñas*).
- ___ Supervisa el juego con barras luminosas.

Hora de acostarse

- ___ Use una lámpara de lava o un acuario en la habitación del niño.
 - ___ Jugar con la linterna y las sombras antes de acostarse.
 - ___ Usa pegatinas de pared que brillan en la oscuridad.
-