



Limpieza integral para librar de maleza las márgenes de la vía. X.F.R.

## Renfe ejecuta una limpieza integral de la vía en el tramo próximo a la obra del acceso al puerto de Burela

M.C. BURELA / LA VOZ

Renfe acomete estos días una limpieza integral de las márgenes de la vía del tren de Feve en las inmediaciones de la conexión del acceso al puerto de Burela. Las tareas de mantenimiento son más intensivas en la zona más próxima al nuevo vial, en el punto en el que se construye un puente sobre el que se instalará la vía férrea, según informaron desde el Concello. El trazado para vehículos cruzará la línea del tren a través de un paso inferior y tendrán tres carriles de 3,5 metros



Construyen la estructura sobre la que se asentará la vía férrea.

cada uno. La obra, con un coste que ronda los 8 millones, tiene una longitud de 1,26 kilómetros y está previsto que se adelante y concluya en julio, según fuentes municipales.

## El centro de día de Ribadeo, tras ampliar su capacidad, tiene plazas libres

Hay seis ó siete vacantes y algún usuario llega a pagar sobre 500 euros al mes

J. ALONSO

RIBADEO / LA VOZ

Hace dos años el Centro de Día A Concordia de Ribadeo fue objeto de una serie de mejoras, que financió el Ayuntamiento y La Caixa, para poder duplicar su capacidad y pasar de 18 a 40 usuarios. Finalmente la Xunta, en atención al personal asignado, autorizó que fuesen un máximo de 25. Si se superase esta cifra, deberían poner más personal. Lo que ocurre es que en la actualidad hay vacantes, entre 6 y 7 plazas.

Según las fuentes consultadas,

varios son los motivos que explican esta situación. Por un lado hay gente que ha solicitado plaza, pero al parecer los trámites discurren muy lentamente. En todo caso, la lista de espera no alcanzaría para cubrir las vacantes.

Otra razón habría que buscarla en las tarifas que cobra el Consorcio de Servicios Sociais de la Xunta, que gestiona el centro de día ribadense. Las tarifas se modificaron, incrementándolas, y se aplican en función de la renta. En el caso de Ribadeo hay algún usuario que paga una cuota mensual por acudir al centro de día que supera los 500 euros.

Antes el transporte de los usuarios era gratuito con el 065. Ahora no y hoy en día solo hay una furgoneta en servicio. Al parecer hay gente que se queja de que ha demandado el transporte y no se lo adjudican. Por este servicio se llegan a pagar más de cien euros al mes.

MONDOÑEDO

### El BNG critica el estado de abandono de los canales de Os Muíños

El edil Eloi Cabanas califica de «inadmisible» la situación de abandono que presentan los canales del agua de Os Muíños, con abundante vegetación y prácticamente sin agua. Critica al Gobierno local, del PP, por falta de gestión y por una mala planificación, y les reprocha que permitan esta situación en una de las épocas de mayor afluencia de visitantes. Les recuerda que el Gobierno anterior dejó un presupuesto de actuación.

VIVEIRO

### Apagan alumbrado sumándose a la campaña La Hora del Planeta

El Concello de Viveiro se sumó anoche a La Hora del Planeta, una campaña de WWF reivindicando medidas urgentes contra el cambio climático, y entre las 20.30 y las 21.30 horas de ayer apagó la iluminación pública en los arcos del puente de A Misericordia, la Puerta de Carlos V, la variante y en el paseo de Covas.

PUBLIRREPORTAJE

# Óptica Rego, 13 años trabajando para tus ojos



## Óptica Rego abrió sus puertas en el año 2003 y desde entonces ha estado trabajando en las distintas actividades relacionadas con la optometría.

En nuestro centro desarrollamos la optometría clínica en sus diversas especialidades para tratar los problemas de nuestros clientes de forma individualizada. Según los últimos informes de PISA (programa para la evaluación internacional de los alumnos) del 2010 y 2014 el número de fracasos escolares en España supera la media europea. Se habla de que un 30% de estos fracasos se relacionan con problemas visuales que no están detectados y otros mal diagnosticados y por tanto con corrección errónea. Expertos de la academia americana de optometría en EE.UU. alertan que una visión deficiente en el período escolar retrasa el aprendizaje y aumenta el estrés en los niños que están afectados. Todos los padres estamos pendientes de que nuestros hijos vayan bien en la escuela y les brindamos las mejores oportunidades educativas. Pero para todo ello, es imprescindible disponer de una buena herramienta que muchas veces pasamos por alto, que es el cuidado de la visión de nuestros hijos. Cuando el ojo no se ha desarrollado correctamente por mala visión no compensada, el aprendizaje se hace difícil aumentando así el estrés en los niños, por lo que evitan la lectura y tareas de visión de cerca.

Suelen experimentar fatiga ocular, malestar, astenopia, falta de concentración... todos ellos son síntomas muy relacionados con problemas visuales. Según los últimos estudios, algunos niños con dificultades para el aprendizaje tienen comportamientos específicos de hiperactividad y distracción y a menudo son diagnosticados de déficit de atención e hiperactividad. Se ha visto, que algunos de estos casos, escondían un problema visual y estaban siendo mal diagnosticados. La familia y los profesores tienen un rol muy importante en la detección siguiendo únicamente una serie de recomendaciones sencillas. Deberán observar:

- Si el niño se acerca mucho al leer y escribir.
- Se distrae mucho al leer y tienen baja comprensión del texto.
- Si el niño se fatiga cuando lee, escribe o usa videojuegos.
- Tiene una mala escritura manual.
- El niño adopta posiciones con la cabeza torcida cuando lee y hace los deberes lo que a la larga se manifiesta con dolores de cuello y espalda.
- Dolores de cabeza tras trabajo de cerca.
- Inversión de las letras.
- Visión borrosa tras leer o hacer los deberes con visión de lejos de forma sostenida.

Es muy importante la detección precoz, pero no siempre hemos de corregir todos los problemas visuales.

## ¿A qué edad se recomienda hacer las primeras revisiones de la vista para detectar estos problemas?

Es importante que nuestros hijos hagan el primer control (si nuestros pediatras no lo aconsejan antes por otras razones distintas) hacia el año de edad, que es cuando se produce el mayor cambio refractivo. Hemos de descartar posibles problemas de binocularidad como estrabismos, defectos refractivos importantes... y otras patologías. La segunda revisión deberíamos plantearla hacia los 3 años y la tercera revisión sobre los 5 años, cuando ya nuestro sistema visual ha alcanzado la madurez. A partir de ahí se recomienda hacer revisiones anuales hasta pasar el período crítico que sería hasta los 8 o 9 años. En ese momento sería considerado como un adulto en lo que a revisiones se refiere.

Según ATS (Amblyopia Treatment Study) realizado por PEDIG (Pediatric Eye Disease Investigator Group) un ojo vago se ha de tratar con terapia aún pasado el período crítico porque nuestro cerebro es plástico, incluso en adultos, pero hemos de tener en cuenta que esa plasticidad va disminuyendo con la edad.

## A la hora de escoger la gafa a nuestros niños, ¿qué hemos de tener en cuenta para una buena elección?

Aún en casos donde los niños están perfectamente corregidos y diagnosticados si la elección de la gafa no es la acertada, no conseguiremos los efectos deseados en ese ojo. Es necesario una buena elección de la montura. Ha de ser preferentemente de forma redonda y con puente invertido sobre todo en los más pequeños, pero lo más importante, es que la montura este centrada en los ojos y evitemos así que el niño mire por fuera de la lente de la gafa, si esto ocurre sería lo mismo que no llevase corrección. Otro tema importante es la elección de los cristales para los más pequeños. Nosotros trabajamos para niños los nuevos cristales diseñados con la tecnología geo adapt sv específicos para corregir las deformaciones laterales (que todas las lentes tienen). En caso de miopías en niños es muy importante el hecho de corregir la "borrosidad retiniana periférica" que se sabe que hoy es un factor miopizante tan importante como la longitud axial de ojo.



## La graduación de un niño variará en un período relativamente corto, es decir, necesitará un cambio de lentes frecuentemente

Efectivamente. En nuestro centro disponemos de un sistema nuevo de compra de gafas, el cual nos permite que por una cuota mínima de 16€ al mes durante 1 año los niños cambien de gafa cuando ellos quieran o necesiten durante dos años sin coste alguno. Esto proporciona a los padres la tranquilidad absoluta de que sus hijos tendrán siempre la gafa actualizada en tamaño y en graduación sin aportar más dinero. Además con este sistema ayudamos a los más necesitados porque todas las gafas que vamos cambiando serán donadas a la Asociación de Axuda o Pobo Saharai con la cual colaboramos activamente siendo punto de recogida de todo tipo de gafas, inclusive sol. Donando lo que tú no necesitas ayudas a quien sí lo necesita.

No quisiera terminar sin antes dejar constancia de otros sistemas de corrección que son tan válidos o incluso en algunos casos más recomendados. Ya se habla de control de la epidemia de miopía en las nuevas generaciones con tratamientos como la ortocorretología y, en niños más pequeños (donde no es muy factible el hecho de usar la orto k) corregir la miopía en lentes de contacto. Ya existen en el mercado distintas marcas de lentillas para niños con parámetros y materiales específicos para ellos. Se está observando que sería uno de los mejores sistemas de corrección, además de la comodidad que le proporcionarían a la hora de practicar deportes minimizando los riesgos por lesiones.