



## La Vue des Jeunes Enfants Young Children and Their Vision

Apprenez à repérer les problèmes de vision courants des enfants de moins de quatre ans. En reconnaissant les problèmes de vision de votre enfant et les symptômes à un stade précoce, vous saurez quand il est temps de consulter un oculiste pour votre enfant.

### Comme la vision de mon enfant se développe-t-elle?

Les bébés voient à la naissance, mais ils doivent apprendre à utiliser leurs yeux. Ils doivent apprendre à fixer, à suivre des objets et à utiliser leurs deux yeux simultanément. Les bébés apprennent la coordination entre les yeux et les mains et à quelle distance se trouvent les personnes et les objets.

Vers l'âge d'environ un an, les enfants ont une vision « semblable à celle d'un adulte ». Ils sont capables d'évaluer les distances et font montre d'une bonne coordination entre les yeux, les mains et le corps pour ce qui est de saisir, de tenir et de jeter des objets.

Pendant les années préscolaires, les enfants développent les capacités visuelles nécessaires à la coordination entre les yeux et les mains et aux habiletés de motricité fine. Ils apprennent également à reconnaître les couleurs, les formes, les lettres et les nombres.

La vision des enfants continue de se développer jusqu'à l'âge de 8 ans environ. Après cet âge, le développement de la vision est terminé et elle ne peut pas être corrigée facilement.

### Les problèmes de la vue devraient-ils être corrigés à un très jeune âge?

Oui. Certains problèmes de la vue doivent être corrigés à un très jeune âge. Certains problèmes ou changements de la vue peuvent être difficiles à détecter ou à remarquer sans passer d'examen. Certains problèmes peuvent causer des déficiences visuelles permanentes s'ils ne sont pas corrigés assez tôt:

- **Les yeux qui louchent** (ou strabisme), lorsque les muscles de l'œil dirigent l'un des deux yeux ou les deux dans la mauvaise direction
- **L'œil paresseux (ou amblyopie), lorsque la vision d'un œil est plus faible que l'autre.** Le cerveau de

l'enfant ignore l'œil faible et utilise l'œil fort pour voir. Si le problème n'est pas traité, le cerveau de l'enfant développe une image claire dans le bon œil et une image floue dans l'œil faible

Les problèmes de la vue ont souvent des antécédents familiaux. Si vous savez qu'il existe de tels problèmes dans votre famille, vous devriez faire examiner les yeux de votre enfant par un oculiste (optométriste ou ophtalmologue) dès l'âge de trois ans, ou avant, particulièrement si vous remarquez des changements préoccupants.

### Quels sont certains des problèmes de la vue et leurs symptômes?

Il faudrait faire examiner votre enfant par votre fournisseur de soins de santé ou un oculiste si vous remarquez l'un des signes ou symptômes suivants:

- Ses yeux sont rouges, larmoyants, démangent ou coulent
- Il plisse les yeux ou se les frotte
- Il cligne excessivement des yeux
- Sa paupière supérieure tombe
- Il se couvre un œil ou le ferme
- Se penche la tête ou la tient à un angle inhabituel
- Il est sensible à la lumière
- Il manque de concentration
- Il tient les objets de trop près
- Il se plaint de maux de tête
- Il évite les activités nécessitant une vision éloignée
- Il lui est difficile de trouver ou de saisir de petits objets
- Il éprouve des difficultés à faire une mise au point rapprochée ou à établir un contact visuel
- Ses yeux se croisent ou dévient
- Il a de la difficulté à suivre des objets ou des personnes
- Il évite les livres ou les écrans

- Il se heurte contre des objets

### Que se passera-t-il lors du premier examen de la vue de mon enfant?

Même s'il ne parle pas ou ne lit pas encore, il est possible d'examiner la vue de votre enfant.

Un examen de la vue n'incommodera pas votre enfant. L'ophtalmologiste montrera à votre enfant l'équipement qui sera utilisé avant les examens.

Les examens peuvent tester les points suivants chez votre enfant:

- La santé de ses yeux
- Le mouvement des muscles de ses yeux
- Sa capacité à voir clairement
- Sa capacité à évaluer à quelle distance se trouvent des objets
- Sa capacité à voir les couleurs

### Comment puis-je aider à protéger mon enfant des blessures oculaires?

Vous pouvez prévenir les blessures des yeux et augmenter la sécurité oculaire des enfants.

- Ne laissez pas votre enfant jouer avec des objets pointus comme des fléchettes, des ciseaux ou des jouets pointus. Il convient de surveiller l'utilisation de ciseaux adaptés à son âge
- Éloignez votre enfant ou votre tout-petit des enfants plus âgés qui jouent avec des objets pointus
- Apprenez aux enfants à ne pas marcher ou courir quand ils tiennent à la main des objets pointus comme des crayons, des bâtonnets de bois ou des ciseaux
- Gardez votre enfant à l'écart des outils électriques, des tondeuses à gazon ou des produits chimiques
- Limitez l'utilisation d'écrans à une heure par jour pour les enfants âgés de deux à quatre ans. Il n'est pas recommandé aux enfants de moins de deux ans d'utiliser un écran.
- Gardez les enfants à au moins trois mètres (de huit à dix pieds) d'un écran de télévision. Placez la télévision dans un endroit qui réduit l'éblouissement, ou utilisez un éclairage doux

### Qu'en est-il des lunettes de soleil et des autres formes de protection des yeux?

Les rayons ultraviolets (UV) du soleil peuvent endommager la vue et être néfastes pour la peau. Les lunettes de soleil sont recommandées chez les enfants et les adultes. Afin de protéger les yeux, les lunettes de soleil devraient:

- Comporter de grands verres et avoir une forme enveloppante, qui recouvre complètement les yeux
- Être bien ajustées et confortables
- Porter des étiquettes indiquant une protection de 99 à 100 % contre les rayons ultraviolets A et B
- S'enlever facilement si leurs branches ont des cordons ou des lanières et qu'on y tire dessus. Il y a un risque d'étranglement si les cordons ou les lanières ne se détachent pas facilement

Si votre enfant porte des verres de contact ou des lunettes de correction de la vue, assurez-vous qu'ils le protègent contre les rayons ultraviolets.

Les chapeaux qui projettent de l'ombre sur le visage et les yeux peuvent offrir une meilleure protection contre le soleil. Les enfants portent plus facilement des chapeaux que des lunettes de soleil.

### Est-il possible que mon enfant soit daltonien?

Certains enfants, plus souvent les garçons que les filles, ont des difficultés à voir certaines couleurs. Si vous soupçonnez que votre enfant éprouve de telles difficultés, un ophtalmologiste peut lui faire passer un simple test de perception des couleurs.

### Pour de plus amples renseignements

Pour de plus amples renseignements, consultez :

- [HealthLinkBC File n° 11 Le rayonnement ultraviolet](#)
- [HealthLinkBC File n° 53b La vue des enfants d'âge scolaire élémentaire](#)

Pour des renseignements sur le dépistage des troubles de la vue, veuillez communiquer avec votre Bureau de santé publique local.

Pour trouver un optométriste dans votre région, appelez la BC Doctors of Optometry au 604 737-9907, ou sans frais au 1 888 393-2226, ou encore consultez le site <https://bc.doctorsofoptometry.ca/>

---

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, visitez [www.HealthLinkBC.ca/healthfiles](http://www.HealthLinkBC.ca/healthfiles) ou votre service de santé publique local. Pour les demandes de renseignements et de conseils sur la santé en C.-B. qui ne constituent pas une urgence, visitez [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) ou composez le 8-1-1 (sans frais). Les personnes sourdes et malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le 7-1-1. Des services de traduction sont disponibles sur demande dans plus de 130 langues.