

LA VISIÓN COMO PARTE INTEGRADA EN EL INDIVIDUO

Teresa Duocastella & M^a Angeles Manchón

Fecha de publicación: 01/03/08

RESUMEN

La visión se aprende y por tanto se puede entrenar. Su desarrollo es un proceso holístico que está asociado con el desarrollo simultáneo de todo el organismo, que comprende identificación, centrado, postura-movimiento y habla-audición. La visión no tiene una localización específica en el cuerpo, sino que está integrada en toda la funcionalidad humana. Por tanto, desde una visión holística y multidisciplinar es necesario relacionar el sistema visual y la postura para un buen desarrollo del mismo.

PALABRAS CLAVE

Vista, visión, holístico, percepción, sensorial, oculomotor, convergencia, divergencia, acomodación, equilibrio, vergencias, exofóricas y esofóricas.

ABSTRACT

Visual perception is learned and therefore can be trained. Its development is a holistic process associated with the simultaneous development of the entire organism, which includes identification, centering, posture-movement and hearing-speaking. Vision has no specific location in the body, but it is integrated within the entire human functionality. Therefore, from a holistic and multidisciplinary point of view it is necessary to relate visual system and posture in order to achieve a satisfactory development for it.

KEYWORDS

Vision-eyesight, visual perception, holistic, perception, sensory, oculomotor, convergence, divergence, accommodation, balance, vergency, exophoric and esophoric.

No es común entre los profesionales de la visión, relacionar al sistema visual con la postura, la nutrición, las emociones y el comportamiento. En cambio para otros es muy importante esta integración holística y multidisciplinar, para poder abordar las disfunciones visuales que una persona pueda presentar. Aquí reside la diferencia entre distintos profesionales de la visión.

Para poder entender cómo funciona nuestro sistema visual se ha de distinguir entre el concepto de vista y visión.

El sentido de *la vista*, es una respuesta a la luz, el primer paso en el proceso de prepararse para ver algo.

La visión es fundamentalmente la capacidad de entender los estímulos visuales e interpretar lo que se está viendo, adquirir significado y comprender e integrar lo que se ha visto, esto lleva a una percepción que no es solo mental sino también un fenómeno corporal.

La visión es una función en la que participa la totalidad del organismo, entendiéndose por visión una correlación psicofisiológica integrada en todo el sistema de acción, sensorial y motor. Implica simultáneamente dos circuitos nerviosos diferentes: el que actúa en la acomodación (para el enfoque de acción involuntaria) y para la convergencia (para una centralización de acción voluntaria),

tienen que trabajar en armonía y en la misma unidad de tiempo, con la finalidad de una correcta realización de la función visual.



Cuando el *Dr. A.M.Skeffington* propuso sus primeros conceptos que propugnaban un camino nuevo y holístico de considerar la visión, no habían pasado diez años desde que Einstein publicó su nueva vía de consideración del Universo. El *Dr. Skeffington* empezó diciendo que había más que una agudeza visual del 100% y el globo ocular. Mantuvo que la visión es la capacidad de "ENTENDER" los estímulos visuales. Este entendimiento sucedía porque el organismo humano entero reaccionaba al estímulo luminoso de la retina. Estaba introduciendo en la optometría el concepto de la percepción y sus atributos holísticos, incluso más importante, estaba diciendo que la percepción no es solo un fenómeno mental, sino un fenómeno completo de MENTE y CUERPO, el habló de las cuatro interrelaciones de funcionamiento, que conforman el proceso total de la visión y el entendimiento.

Propuso un camino holístico, en el que la visión se desarrolla por las contribuciones de:

1. POSTURA Y EQUILIBRIO (proceso antigravitatorio)
2. El proceso de situación de saber DONDE está cada cosa
3. El proceso de identificación de saber QUE es cada cosa
4. El proceso del habla-audición

Aquí se introduce por primera vez en la optometría, la idea de que la postura y el equilibrio son importantes para la función de la visión. El habla y la audición desempeñan un papel en el proceso de la percepción visual y la capacidad de un individuo de saber **dónde y qué** está viendo. Basta con una mirada a los cuatro procesos del *Dr. Skeffington*, que definen el fundamento de la visión para darse cuenta de que tenía una visión holística, tratando de entender la visión y su funcionamiento global con relación a la conducta.

"La visión implica al ser humano entero", y, "la visión es motora" además de sensorial. El *Dr. Crow* observó que la visión no ha de ser el único objetivo en el cuidado de la visión funcional. La visión está interrelacionada con el cuerpo entero y viceversa.



El agotamiento y la fatiga que una persona puede sentir debido a los problemas en el sistema visual, pueden estar también relacionados en el funcionamiento global de la persona. Arnold Gesell divide el sistema nervioso en tres partes funcionales principales, que proporcionan una perspectiva de la relación entre visión y el cuerpo entero.

1. *Esquelético*: Compuesto por los aspectos tanto sensoriales como motores de la parte somática del sistema nervioso. Este sistema actúa para "localizar y mantener la imagen visual".
2. *Visceral*. Compuesto por los aspectos sensorial y motor el

sistema nervioso visceral y automático. Este actúa para "discriminar y definir" la imagen visual.

3. *Cortical*. Compuesto por los aspectos integrantes del cerebro y de la médula espinal. Este actúa para unificar e interpretar la imagen visual.

Podemos ver los efectos del estrés visual sobre todo el cuerpo, la respiración se puede volver más superficial y menos rítmica, puede mostrar cierto favoritismo hacia un lado siendo el desplazamiento del eje central del cuerpo una de las consecuencias. La inclinación de su cabeza, el movimiento excesivo del cuerpo, la torpeza, la ansiedad, los miedos... llegan a formar parte de las consecuencias de las disfunciones vergenciales. Todo esto da lugar a un individuo menos fluido y no muy equilibrado posturalmente. El cuerpo se empieza a convertir en "ESO" o en "EXO".

Todo lo que uno ve, cómo lo percibe, interpreta y relaciona, es el resultado del mundo interior del individuo. Ser capaces de comprender la conducta visual de los esofóricos y los exofóricos, nos proporciona una plataforma para ver el mundo a través de los ojos de la persona.

La persona esofórica tiende a relacionarse en el mundo espacial desde sí mismo, y por tanto, se proyecta más en su espacio cercano que el lejano. Los esofóricos tienden a:

1. Mirar más de cerca y estimar el espacio incorrectamente.
2. Parar la respiración y mover excesivamente la cabeza y el cuerpo.
3. Recibir mejor la información del mundo escrito (viendo) que del mundo hablado (auditivo).
4. Son mejores con la figura que con el fondo.

La persona exofórica tiende a relacionarse en su mundo espacial como una totalidad completa, siendo él individuo mismo parte del espacio en su percepción. Los exofóricos tienden a:

1. No centrar, (aunque ignoran la periferia para atender a las tareas centrales).
2. No mantener la atención de punto próximo, sino tender a mirar a otra parte.
3. Tener menos habilidades para la identificación.
4. Ver dónde está algo y no saber de qué se trata. Se pierde los detalles.

Hoy en día la sociedad moderna nos empuja hacia nuevas necesidades tecnológicas, muchas de las cuales requieren que nuestro sistema visual mantenga una comprometida postura durante muchas horas trabajando en visión próxima (ordenadores, TV, teléfonos móviles...). Estos nuevos hábitos condicionan tanto a nuestra visión como a nuestra postura y de alguna forma a todo nuestro organismo.

Es lógico pensar, por tanto, que delante de un problema visual no debemos dedicarnos sólo a trabajar sobre nuestra visión, sino que deberemos pensar que ante nosotros tenemos un individuo que se ha de reeducar globalmente, desde diferentes puntos de vista y por diferentes profesionales. Sin esta consideración, probablemente los resultados sean limitados, y todo profesional ha de orientar sus esfuerzos a una rehabilitación en todos los ámbitos del individuo.

Para citar este documento utiliza la siguiente referencia:

DUOCASTELLA, Teresa. MANCHÓN, M^a Angels. "La visión como parte integrada en el individuo" [en línea]. *Revista IPP*. Núm. 2 (2008). <http://www.ub.edu/revistaipp/duocastella_manchon_n2.html>. [Fecha de consulta: 01/03/2008]. ISSN 1988-8198.

BIBLIOGRAFÍA

HUBEL, David H. Ojo, cerebro y Visión. Ed. Universidad de Murcia.

JESSEL, KANDEL, SCHWARTZ.
Neurociencia. Ed. Prentice may.

TERAPIA DE LA VISIÓN "Problemas de
vergencia no estrábicos".
OEP España. Ed. CNOO.

TERAPIA DE LA VISIÓN "Percepción
visual". OEP España. Ed. CNOO

AUTORAS:



Teresa Duocastella
holocrom@yahoo.es

Es técnica especialista en óptica-
anteojería, naturópata y acupuntora.
Máster en alimentación biológica por la
Universidad de Barcelona. Fundadora y
Directora del Centro Holocrom de
Barcelona. Colabora como profesora en el
curso de posgrado de posturología y
podoposturología de la Universitat de
Barcelona.



Mª Angeles Manchón
mamanchon@cnoo.es

Es optometrista. Máster en optometría por
el Centro Boston de Optometría. Ejerce
profesionalmente en el Centro Holocrom
de Barcelona, dónde además desarrolla las
funciones de Directora Técnica. Colabora
como profesora en el curso de posgrado
de posturología y podoposturología de la
Universitat de Barcelona.