

Habilidades visuales

El cerebro aprende muchas habilidades visuales diferentes para desenvolverse en el mundo. El Colegio de Optómetras en Desarrollo de la Visión, ha descrito 17 habilidades visuales necesarias para realizar tareas cotidianas como leer, aprender, hacer deporte y mucho más (Vivid Vision, 2023). A continuación, mencionaremos algunas de esas habilidades visuales .



Echa un vistazo a la siguiente lista para comprender mejor cómo algunas de las habilidades visuales son necesarias para una visión funcional.

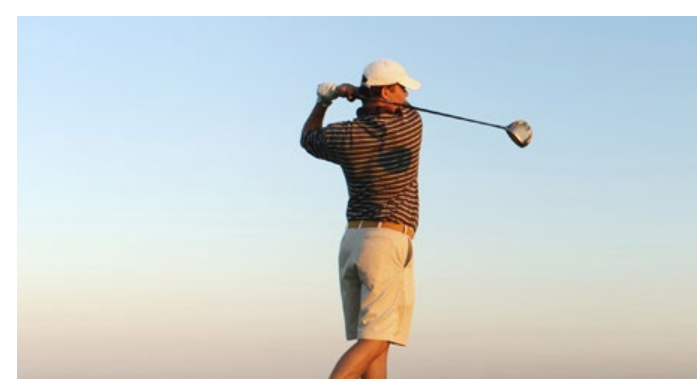
1. **Movimiento ocular:** es la capacidad de mover los dos ojos a la vez para enfocar una imagen o una trayectoria. Cada ojo tiene seis músculos que trabajan juntos para controlar el movimiento y la posición de los ojos.
2. **Trabajo en equipo de los ojos:** conocido como **binocularidad**. Es la capacidad de cada ojo para enviar información al cerebro y de éste para unir la información de modo que percibamos una imagen clara. La información enviada por cada ojo es ligeramente diferente por defecto. El cerebro procesa la información para crear una imagen tridimensional que nos permite juzgar la profundidad, comprender las relaciones espaciales, etc.
3. **Conciencia de la profundidad:** también llamada percepción de la profundidad es la capacidad de distinguir los objetos que están más lejos o más cerca de otros.
4. **Visión periférica:** (Visión lateral) es la capacidad de ver los objetos que nos rodean sin tener que girar la cabeza.
5. **Integración visomotora:** es la capacidad de coordinar los movimientos corporales con la información que recibimos visualmente. Estas habilidades suelen denominarse "coordinación ojo-mano". El cerebro transmite y procesa la información. El cerebro envía señales a nuestros músculos para que se muevan, basándose en la información visual que ha recibido.
6. **Habilidades visuales espaciales:** es un término amplio que engloba las distintas habilidades que nos permiten comprender dónde estamos (y dónde están las cosas) en el espacio y organizarnos y desplazarnos por él.
7. **Memoria visual:** es la capacidad de recordar información como palabras o imágenes que se han visto en el pasado. Una mala memoria visual a corto plazo puede causar dificultades para copiar notas de la pizarra y dificultades ortográficas.

*La información aquí provista es sólo para propósitos educativos y no para propósitos de diagnóstico. Delta Dental of Puerto Rico, Inc. no endosa ninguna marca de productos de salud oral. Si tiene alguna pregunta sobre la cobertura y las limitaciones de los servicios, comuníquese con nuestro centro de llamadas. 1-866-622-6120. Vivid Vision. (2023). *Visual skills* https://www.seevividly.com/info/Binocular_Vision/Visual_Skills. Russ. (2021, July 12). *The 17 Key Visual skills - Optometrists.org*. Optometrists.org. https://www.optometrists.org/vision-therapy/guide-vision-and-learning-difficulties/the-17-key-visual-skills/Eye_site_on_wellness. (n.d.). <https://www.eyesiteonwellness.com/eyemed/en/post/the-top-10-visual-skills-that-will-improve-your-golf-game-2>



Vision Skills

There are many different visual skills your brain learns to navigate the world. The College of Optometrists in Vision Development has outlined the 17 visual skills necessary for performing daily tasks like reading, learning, sports and more (Vivid Vision, 2023). Here we will mention some of those visual skills.



Check out the list below to gain a better understanding of how some of the **visual skills** are necessary for functional vision.

1. **Eye Movement:** is the ability to move both eyes together, to focus on an image, or path. Each eye has six muscles that work together to control eye movement and position.
2. **Eye Teaming:** known as binocularity. It is the ability for each eye to send information to the brain and for the brain to put the information together so that we perceive one clear image. The information sent from each eye is slightly different by default. The information is processed by the brain to create a 3D image that enables us to judge depth, understand spatial relationships, and more.
3. **Depth Awareness:** Also called Depth Perception is the ability to tell that things are further away or closer in relation to other objects.
4. **Peripheral Vision: (Side Vision)** is the ability to see objects around us without having to turn our heads.
5. **Visual Motor Integrations:** involves the ability to coordinate your bodily movements with the information coming in visually. These skills are often referred to as "Eye-Hand Coordination". Information is transmitted to and processed by the brain. The brain signals our muscles to move, based on the visual information it received.
6. **Visual Spatial Skills:** is a broad term encompassing the various abilities that enable us to understand where we (and things) are in space and to organize and navigate through that space.
7. **Visual Memory:** is the ability to remember information such as words or images that have been seen in the past. Poor *short-term* visual memory can cause difficulty copying notes from the board and spelling difficulties.

*The information provided herein is for educational purposes only and not for diagnostic purposes. Delta Dental of Puerto Rico, Inc. does not endorse any brand of oral health products. If you have any questions about coverage and limitations of services, please contact our call center. 1-866-622-6120. Vivid Vision. (2023). *Visual skills* https://www.seevividly.com/info/Binocular_Vision/Visual_Skills. Russ. (2021, July 12). *The 17 Key Visual skills* - *Optometrists.org*. [Optometrists.org](https://www.optometrists.org). https://www.optometrists.org/vision-therapy/guide-vision-and-learning-difficulties/the-17-key-visual-skills/Eye_site_on_wellness. (n.d.). <https://www.eyesiteonwellness.com/eyemed/en/post/the-top-10-visual-skills-that-will-improve-your-golf-game-2>

