

PROBLÈMES VISUELS CHEZ L'ENFANT

L'importance d'agir tôt pour favoriser son développement

Les premières années de vie de l'enfant constituent une période critique pour le développement du système visuel. Cette période est aussi la fenêtre optimale d'intervention afin d'assurer le développement d'une vision normale et fonctionnelle.

Une meilleure conscientisation des parents et des intervenants qui œuvrent en petite enfance permettrait de dépister et d'agir tôt afin de ne pas entraver le développement de l'enfant.

Depuis plus de 20 ans l'Ordre des optométristes du Québec tente de sensibiliser les gouvernements et la population à l'importance du dépistage et de l'examen oculo-visuel chez l'enfant. Le succès de nos efforts reste pour le moins mitigé puisque moins de 30 % des enfants bénéficient annuellement d'un examen oculo-visuel auprès d'un optométriste et les initiatives de dépistage scolaire auprès des enfants demeurent rares.

1. **80 % de l'acquisition des connaissances passe par le système visuel.**
2. **En préscolaire, un enfant sur dix (10 %) présente une condition oculaire ou visuelle qui peut nuire à son développement et à ses apprentissages.**
3. **Actuellement, moins de 30 % des enfants consultent un optométriste.**
4. **À l'école primaire, au moins un enfant sur cinq (20 à 25 %) n'a pas les capacités visuelles optimales pour assurer son apprentissage et sa réussite scolaire si ce problème demeure non corrigé.**
5. **La myopie chez les enfants a doublé depuis les 20 dernières années.**

1. 80 % de l'acquisition des connaissances passe par le système visuel¹

Dès la naissance, l'enfant apprend et communique par la vision et avec son regard. Au cours des 12 premières années de vie, 80 % de l'acquisition des connaissances passe par le système visuel. Un problème de vision non diagnostiqué pourrait alors avoir des répercussions sur le développement général de l'enfant. De plus, tout au long du cheminement scolaire de l'enfant, la vision influencera sa réussite scolaire.

Une phase importante de développement du système visuel survient avant l'âge de 3-4 ans. Ainsi, tout comme l'évaluation des autres aspects du développement de l'enfant, telle que la motricité fine, il est primordial que le développement du système visuel soit évalué le plus tôt possible.

2. En préscolaire, un enfant sur dix (10 %) présente une condition oculaire ou visuelle pouvant nuire à son développement et à ses apprentissages²

Plusieurs facteurs peuvent empêcher un œil de se développer normalement : un problème de vision, un mauvais alignement des yeux, une anomalie congénitale ou une pathologie oculaire.

Dès les premiers mois de vie, il est donc important d'observer les yeux d'un bébé et de consulter rapidement un optométriste si un doute apparaît.

Il faut savoir qu'un enfant qui présente un problème visuel s'en plaint rarement et que bien que la majorité des parents soient convaincus qu'ils pourront déceler les problèmes visuels de leur enfant, très souvent ces problèmes passent inaperçus. En effet, si le trouble visuel est présent à la naissance ou acquis en très bas âge, l'enfant peut

croire à tort qu'il est normal de voir ainsi. Un examen oculovisuel est donc recommandé même si l'enfant voit bien et ne semble pas avoir de problème.

Dans la mesure où une intervention est requise, elle doit se faire le plus tôt possible (idéalement avant l'âge de 10 ans) puisque, par la suite, le développement et la réhabilitation ne peuvent se faire aussi aisément et les défauts de vision risquent de demeurer permanents.

3. Actuellement, moins de 30 % des enfants consultent un optométriste³

Selon les données de la RAMQ, actuellement moins de 30 % des enfants consultent annuellement un optométriste. Plus encore, une étude indique que pour les moins de 5 ans, seulement 13 % des enfants consultent⁴. Au Québec, l'examen oculovisuel est couvert par la Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ) pour les jeunes de moins de 18 ans. Malgré la gratuité de cet examen, très peu de parents consultent pour leur enfant.

Le calendrier recommandé pour les examens oculovisuels est le suivant⁵ :

- > Vers l'âge de 6 mois (en cas de soupçon ou inquiétude)
- > Vers l'âge de 3 ans
- > Avant l'entrée à l'école
- > Chaque année, de 6 à 18 ans.

Il est suggéré de prendre rendez-vous à un moment où l'enfant est alerte et éveillé, préférablement en avant-midi. Il est possible d'effectuer un examen oculovisuel chez un très jeune enfant même si ce dernier ne parle pas encore ou qu'il n'est pas en mesure de répondre aux questions typiques de l'examen. En effet, à l'aide de tests objectifs, il est possible de déterminer avec précision si l'enfant présente un problème de vision et si le port de lunettes est requis. Plus l'enfant vieillit, plus il est mis à contribution et, à 6 ans, son examen est très semblable à celui d'un adulte.

4. À l'école primaire, au moins un enfant sur cinq (20 à 25 %) n'a pas les capacités visuelles optimales pour assurer son apprentissage et sa réussite scolaire si ce problème demeure non corrigé⁶

Tout comme l'audition et le langage, la vision est l'un des premiers éléments à considérer pour réaliser l'atteinte du plein potentiel de l'enfant en milieu préscolaire et scolaire.

Les signes à surveiller chez l'enfant pour déceler un problème visuel :

- > Ne suit pas le développement visuel anticipé. Par exemple, ses yeux demeurent non coordonnés après l'âge de 6 mois.
- > Cligne souvent des yeux, plisse le front ou se frotte les yeux;
- > Est très sensible à la lumière et/ou ses yeux larmoient beaucoup;
- > Se cache un œil pour regarder, fixe un point en tournant la tête;
- > Pleure si l'un de ses yeux est caché, mais ne réagit pas si l'autre l'est;
- > Se cogne souvent et/ou a de la difficulté à s'orienter;
- > A un œil qui semble dévier.

Si un problème visuel est découvert lors de l'examen oculovisuel, il est généralement traité par des lentilles optiques (lunettes avec prescription), par des exercices oculovisuels (orthoptique) ou encore, il peut être référé en ophtalmologie pour une chirurgie.

Il importe que le traitement soit effectué le plus tôt possible, puisque, tout retard peut conduire au développement d'un œil amblyope (œil paresseux) ou à des anomalies de la vision binoculaire (comme l'absence d'une bonne vision en trois dimensions).

La myopie chez les enfants a doublé depuis les 20 dernières années⁷

La myopie apparaît de plus en plus tôt dans le développement de l'enfant. L'âge moyen est passé de 10-11 ans à 8-9 ans durant les 20 dernières années. Sa progression est largement influencée par les travaux scolaires et la sollicitation accrue de la vision rapprochée par l'utilisation des écrans entre autres.

Contrairement aux autres problèmes visuels, la myopie peut se détecter plus facilement puisque l'enfant peut se plaindre de voir moins bien au loin ou l'entourage peut remarquer qu'il plisse les yeux pour voir.

Des conseils pour prévenir la myopie :

- > Lors du travail au près et de l'utilisation des tablettes ou autres écrans, s'assurer que l'enfant travaille à une bonne distance de l'écran (pas trop près), qu'il utilise un bon éclairage et l'encourager à effectuer une pause de 30 secondes toutes les 30 minutes, en regardant au loin (au moins 30 mètres).
- > Le temps passé à l'extérieur aide également à prévenir l'apparition de la myopie chez les enfants. Il est d'ailleurs recommandé de passer au moins 45 minutes par jour à l'extérieur⁸.
- > Suivre les recommandations de la Société canadienne de pédiatrie concernant l'usage des écrans. Avant l'âge de deux ans, ne pas permettre leur usage. De 2 à 5 ans, la recommandation est de moins d'une heure par jour et de deux heures par jour pour les 5 à 17 ans.⁹

PROGRAMMES GOUVERNEMENTAUX

1. Projet « École de la vue »¹⁰

Ayant débuté ce printemps, le plan national de dépistage visuel déployé en milieu scolaire consiste en un dépistage des difficultés visuelles, par des optométristes, pour tous les enfants de l'éducation préscolaire (maternelle 4 et 5 ans), incluant ceux situés en régions éloignées. Ce programme géré par la Fondation des maladies de l'œil est prévu sur une période de 3 ans.

- Les enfants présentant un problème visuel seront dirigés vers les cliniques d'optométrie afin qu'un examen oculovisuel complet soit réalisé.
- Parallèlement au dépistage, un programme de sensibilisation s'adressant aux parents d'enfants de 3 à 5 ans sera élaboré afin de souligner l'importance d'un examen oculovisuel avant l'entrée à la maternelle.

2. Programme « Mieux voir pour réussir »¹¹

Tous les 2 ans, les moins de 18 ans bénéficient de 250 \$ pour l'achat de lunettes et lentilles.

- Le montant sera remboursé par la Régie de l'assurance maladie du Québec.
- Les sommes sont disponibles depuis l'automne 2019.

RÉFÉRENCES

- ¹ Primo S, Wilson R, Hunt J, Cooper J, Desrivieres D, Johnson L, Kalaczinski L. *Reducing visual health disparities in at-risk community health center populations*. Journal of Public Health Management and Practice, 2009; 15(6), p.529–53.
- ² Les chiffres ont été tirés de l'American Public Health Association, <https://www.aoa.org/patients-and-public/good-vision-throughout-life/childrens-vision/preschool-vision-3-to-5-years-of-age>
- ³ Association des optométristes du Québec, Analyse de la participation des enfants de 17 ans et moins au régime public, juin 2019. (Données tirées des statistiques de la Régie de l'assurance maladie du Québec pour 2017-2018).
- ⁴ Idem.
- ⁵ Voir les fréquences recommandées des examens oculovisuels au sein des normes cliniques, Ordre des optométristes du Québec, mise à jour en avril 2014 au lien suivant : https://www.ooq.org/sites/default/files/2019-01/nc_annexe_3_0.pdf
- ⁶ Association canadienne des optométristes (Lisa Little Consulting), *Meeting the Eye Health and Vision Care Needs of Canadians: A Workforce Analysis*, Rapport d'avril 2018, p.7.
- Roberts, J. *Eye examination findings among children, United States*. Vital and health statistics, Series 11, No. 115, DHEW Publication (HSM) 72-1057, Rockville, MD, June 1972.
- Roberts J. *Eye examination findings among youths ages 12-17 years, United States*. Vital and health statistics, Series 11, No. 155, DHEW Publication (HRA) 76-1637, Rockville, MD 1975.
- Peters HB. *Vision care of children in a comprehensive health program*. Journal of American Optometric Association 1966; 37(12) : p. 1113-18, Children Eye Health, A report on vision screening for children, David Thomson, City University, Londres, Octobre 2007. https://www.visionuk.org.uk/download/archive_1/pdf/Childrens%20Support%20FINAL_PRINT.pdf
- ⁷ S. Vitale, R.D. Sperduto et F.L. Ferris, *Increased prevalence of myopia in the United States between 1971-1972 and 1999-2004*, Archives of Ophthalmology, 127 (12), 2009, p. 1632-39.
- ⁸ French AN, Ashby RS, Morgan IG, et al, *Time outdoors and the prevention of myopia*, Experimental Eye Research, 2013;114 :p. 58–68.
- Wu PC, Tsai CL, Wu HL, et al, *Outdoor activity during class recess reduces myopia onset and progression in school children*, Ophthalmology, 2013;120: p.1080–5
- Yi JH, Li RR, *Influence of near-work and outdoor activities on myopia progression in school children*, Zhongguo dang dai er ke za zhi, 2011;13: p.32–5.
- Jones LA, Sinnott LT, Mutti DO, et a., *Parental history of myopia, sports and outdoor activities, and future myopia*, Investigative Ophthalmology & Visual Science, 2007;48: p.3524–32.
- ⁹ Voir la recommandation de la Société canadienne de pédiatrie au lien suivant : https://www.cps.ca/uploads/about/CPS_ScreenTime-FR.pdf
- ¹⁰ Voir les informations sur ce programme sur le site Web de la Fondation des maladies de l'œil au : <https://www.fondationdesmaladiesdeloeil.org/fr/ecole-de-la-vue.php>
- ¹¹ Programme « Mieux voir pour réussir » : <http://www.ramq.gouv.qc.ca/.../P.../lunettes-verres-enfants.aspx>

INFORMATIONS DISPONIBLES SUR « OOQ.org »

1. **Vision de l'enfant**, information diffusée sur le site web de l'Ordre des optométristes.
2. **Normes cliniques relatives à la vision de l'enfant**:
 - [Fréquence recommandée des examens oculovisuels](#)
 - [Examen oculovisuel spécifique – examen pédiatrique](#)
 - [Consultation relative à un problème d'apprentissage](#)

INFORMATIONS DISPONIBLES SUR « Naître et grandir »

1. **La vue** : <https://naitreetgrandir.com/fr/dossier/veil-des-sens/vue/>
2. **Le développement de la vue chez l'enfant** : https://naitreetgrandir.com/fr/etape/0_12_mois/developpement/fiche.aspx?doc=naitre-grandir-developpement-sens-vue
3. **Les problèmes de la vue** : <https://naitreetgrandir.com/fr/mauxenfants/sante/fiche.aspx?doc=problemes-vue>
4. **La coordination oeil-main chez l'enfant** : https://naitreetgrandir.com/fr/etape/0_12_mois/developpement/fiche.aspx?doc=coordination-oeil-main
5. **Myopie: jouer dehors pour protéger les yeux** : <https://naitreetgrandir.com/fr/mauxenfants/sante/fiche.aspx?doc=myopie-jouer-dehors-yeux>
6. **Jouer dehors pour éviter la myopie** : <https://naitreetgrandir.com/fr/nouvelles/2017/07/24/20170724-jouer-dehors-eviter-myopie/>