

Chirurgia oculare d'estate: sì o no?

starbeneeditor — Tempo di lettura: 7 minuti



La bella stagione non è un ostacolo per gli interventi agli occhi, anzi talvolta può offrire vantaggi in termini di recupero e benessere generale. Dalla cataratta alla chirurgia laser, passando per retina e glaucoma, ogni procedura ha le sue indicazioni e i suoi tempi ideali

Foto: iStock

L'estate ha il potere di rimettere in moto i desideri che abbiamo accantonato per mesi. Forse è merito della luce intensa, delle giornate lunghe o del ritmo più rilassato che lascia spazio alla riflessione. È in questo clima di

leggerezza che nasce spesso la voglia di **liberarsi da occhiali e lenti a contatto**. L'idea di affrontare una vacanza senza dover gestire montature, custodie o soluzioni saline appare come un piccolo lusso. Ma scegliere di sottoporsi a un intervento agli occhi proprio in estate è davvero la scelta migliore? Chirurgia oculare d'estate: sì o no?

Perché la bella stagione è vantaggiosa

Affrontare un intervento chirurgico durante l'estate suscita spesso dubbi e riserve. Le alte temperature, la maggiore esposizione al sole e la convinzione diffusa che il caldo possa interferire con la guarigione tendono a scoraggiare chi sta valutando un'operazione, soprattutto se si tratta degli occhi, percepiti come particolarmente delicati. Eppure, secondo gli esperti, la stagione estiva offre condizioni favorevoli per sottoporsi a un intervento di chirurgia oculare.

«Durante l'estate, il corpo si trova generalmente in uno stato di equilibrio più stabile», spiega il dottor **Gaspare Monaco**, responsabile dell'Unità Operativa di Oculistica all'IRCCS Policlinico San Donato. «L'assenza delle tipiche allergie primaverili, un sistema immunitario spesso più reattivo e la minore circolazione di virus e batteri responsabili di raffreddori e infezioni respiratorie aiutano a rendere il decorso post-operatorio più semplice e lineare».

Un altro vantaggio spesso sottovalutato riguarda la possibilità di ritagliarsi tempi di recupero più ampi. Le vacanze estive, la chiusura delle scuole e un generale rallentamento dei ritmi lavorativi rendono più facile **rispettare i tempi di riposo** e le indicazioni post-operatorie, come l'utilizzo regolare dei colliri e il rispetto di eventuali limitazioni fisiche. «Chi si opera in estate ha spesso più tempo per sé e può concentrarsi meglio sul recupero, senza la pressione di dover tornare subito alle normali attività quotidiane», aggiunge il dottor Monaco.

La chirurgia della cataratta

Quando si parla di chirurgia oculare, il pensiero corre immediatamente alla chirurgia refrattiva, quella che permette di correggere difetti visivi come [miopia](#), [ipermetropia](#), astigmatismo e presbiopia. Ma il mondo della chirurgia oftalmica è molto più ampio e complesso. Al centro di questo panorama, si colloca un intervento che interessa milioni di persone ogni anno: la **chirurgia della [cataratta](#)**. Non solo è la procedura chirurgica più eseguita al mondo, ma negli ultimi anni ha conosciuto un'evoluzione silenziosa e profonda che ne ha rivoluzionato tempi, modalità e risultati.

«Fino a quindici anni fa, durante l'estate, molte sale operatorie chiudevano del tutto», ricorda l'esperto. «Oggi le cose sono cambiate radicalmente: giugno e luglio sono mesi assolutamente regolari dal punto di vista operatorio. La chirurgia della cataratta, così come quella refrattiva, è diventata minimamente invasiva: si lavora attraverso **microincisioni** che non richiedono nemmeno più punti di sutura».

Il progresso tecnologico ha reso questi interventi sempre più rapidi, precisi e sicuri, tanto da rendere ormai superata l'idea che l'estate non sia un momento adatto per affrontarli. Anzi, per molti pazienti, la bella stagione rappresenta un'opportunità preziosa.

Una delle convinzioni più radicate è che gli occhi, subito dopo l'intervento, possano essere più vulnerabili alla luce intensa e alle alte temperature. Una preoccupazione comprensibile, ma infondata. «È vero che d'estate la luce solare è più forte e le giornate sono più luminose», evidenzia il dottor Monaco, «ma è sufficiente **indossare un buon [occhiale da sole](#), con filtro UV di categoria 4 e un design avvolgente** per proteggere adeguatamente gli occhi appena operati. Non serve altro per vivere con serenità la fase post-operatoria anche nei mesi più caldi».

E per quanto riguarda il caldo, il sudore e la sabbia? Anche in questo caso, le precauzioni da seguire sono semplici ma efficaci. «Bisogna evitare di toccarsi o strofinarsi gli occhi, soprattutto nei primi giorni», precisa l'oftalmologo. «È altrettanto importante non esporsi a fonti di potenziale irritazione, come ambienti polverosi o bagni di sabbia, a meno che non si adottino adeguate protezioni. Con le giuste attenzioni, non c'è nulla che impedisca una perfetta guarigione, nemmeno in pieno agosto. Magari, **evitiamo di andare al mare per i primi 15-20 giorni**».

La chirurgia refrattiva

Se la chirurgia della cataratta non presenta particolari criticità nei mesi estivi, un discorso leggermente diverso va fatto per la chirurgia **laser** sulla cornea, utilizzata per correggere difetti visivi come **miopia, astigmatismo, ipermetropia e presbiopia**. In questo caso, è bene valutare con attenzione il momento dell'intervento, soprattutto se si prevede di trascorrere molto tempo al mare o in montagna subito dopo l'operazione.

«Tecnicamente possiamo operare anche d'estate, senza particolari controindicazioni», assicura il dottor Monaco. «Le precauzioni sono simili a quelle della chirurgia della cataratta: evitare di toccarsi gli occhi, proteggersi dalla luce intensa, non immergersi in acqua per circa 15-20 giorni. Ma nel caso della chirurgia laser c'è un ulteriore aspetto da considerare: il trattamento sulla cornea genera una risposta infiammatoria naturale, che possiamo gestire con colliri antinfiammatori specifici, da usare per quattro o sei settimane. Tuttavia, se il paziente si espone subito dopo all'intensa luce solare estiva, soprattutto quella riflessa da sabbia e acqua, questa risposta potrebbe essere amplificata».

La combinazione tra le radiazioni ultraviolette del sole e quelle generate dal laser può, in rari casi, ostacolare **una guarigione ottimale**. Non si tratta di complicazioni gravi, ma per alcuni pazienti può verificarsi una reazione

infiammatoria più marcata, che richiede maggiore attenzione e un monitoraggio più ravvicinato.

«È bene valutare il calendario», prosegue l'esperto. «Se un paziente mi dice: “Vorrei fare il laser, ma tra due settimane parto per il mare”, la risposta è quasi sempre di rimandare a settembre, dopo le vacanze, quando il clima è più mite, la luce meno aggressiva e si è più stabili nella propria routine. In quel periodo, l'occhio ha anche meno stimoli esterni e può guarire in modo più prevedibile e lineare».

Retina, glaucoma e cornea

Esiste poi un'altra categoria di operazioni oculari che, pur essendo meno frequenti, rivestono un ruolo cruciale in oftalmologia: si tratta della **chirurgia della retina, del glaucoma e dei trapianti di cornea**. «Questi interventi non raggiungono i volumi delle altre procedure, ma si collocano spesso in un contesto completamente diverso, quello dell'urgenza», precisa il dottor Monaco.

In queste situazioni, il fattore tempo è determinante. Per esempio, se un paziente subisce un distacco di retina ad agosto, l'intervento non può essere rinviato solo perché si è in piena estate. «In casi del genere bisogna operare subito, indipendentemente dalla stagione, per salvare la vista», sottolinea l'esperto. «Lo stesso vale per alcune forme di [glaucoma](#), soprattutto quando la pressione oculare raggiunge livelli pericolosi. L'alternativa, purtroppo, è la perdita della vista».

Si tratta di chirurgie complesse, spesso più lunghe e delicate rispetto a quelle refrattive o della cataratta, che in condizioni non urgenti possono tranquillamente essere pianificate nei mesi autunnali. «Un trapianto di cornea programmato, ad esempio, può aspettare settembre», chiarisce l'oftalmologo, «ma se la patologia si manifesta con urgenza, anche questo intervento va eseguito subito, senza esitazioni».

È dunque fondamentale distinguere tra ciò che può essere pianificato e ciò che, per la sua natura, richiede **un'azione tempestiva**: «Nel secondo caso, ogni valutazione stagionale passa in secondo piano, perché l'obiettivo diventa salvaguardare la vista del paziente, senza attendere il momento ideale», commenta l'esperto.

Gli interventi palpebrali

Tra le operazioni oculari considerate "minori" rientrano invece i piccoli interventi sulle palpebre, come la **rimozione di un calazio**, una lesione di origine infiammatoria che può richiedere un trattamento chirurgico quando persiste nel tempo. «In questi casi, la decisione se intervenire o meno d'estate dipende principalmente da un fattore tecnico: se l'intervento prevede o meno l'applicazione di **punti di sutura**», chiarisce il dottor Monaco. «Quando non sono necessari, non c'è nessuna controindicazione stagionale: si possono tranquillamente affrontare anche d'estate. È il caso del **calazio**, che nel 90% dei casi viene trattato con un'incisione dall'interno della palpebra, che non richiede sutura e guarisce spontaneamente».

Il discorso cambia nel momento in cui la procedura prevede la sutura. «Si tratta pur sempre di una ferita chirurgica», dice l'esperto. «Per quanto piccoli, i punti attirano naturalmente un minimo di flora batterica. D'estate, con il caldo e il sudore che aumentano la carica batterica cutanea, il rischio di infezione può salire, seppur di poco. È per questo che, laddove possibile, preferiamo rimandare gli interventi con punti di sutura a dopo l'estate».

Un altro esempio è rappresentato dallo **pterigio**, una crescita anomala della congiuntiva che si estende verso la cornea. «È una condizione molto diffusa nelle zone a intensa esposizione solare, come le isole e il bacino del Mediterraneo, ma in particolare è tipica delle aree più vicine all'equatore», illustra l'esperto. «La sua rimozione richiede non solo dei punti di sutura, ma anche un **autotrapianto di congiuntiva**: preleviamo un piccolo lembo di tessuto sano da un'altra parte dell'occhio per ricoprire la zona trattata. È

una chirurgia vera e propria, quindi va affrontata in un periodo più fresco, possibilmente in autunno».

Chirurgia agli occhi, consigli per tutti

In conclusione, per chi sceglie oppure ha necessità di sottoporsi a un intervento agli occhi durante l'estate, alcune semplici precauzioni possono fare la differenza nella qualità del recupero post-operatorio:

- **indossare sempre occhiali da sole avvolgenti** con filtro UV di categoria 4, capaci di schermare efficacemente i raggi solari;
- **lavarsi accuratamente le mani** prima di toccare gli occhi o applicare colliri, detergere con garze sterili la zona perioculare (soprattutto nei primi giorni dopo l'intervento) e, se si è portatori di lenti a contatto, prestare ancora maggiore attenzione;
- **seguire con precisione la terapia prescritta**. Ogni farmaco ha una funzione specifica – antinfiammatoria, antibiotica, lubrificante – e solo il rispetto completo della terapia garantisce una guarigione ottimale. Saltare dosi o ridurre i giorni di applicazione espone al rischio di infezioni o complicanze evitabili.

[Fai la tua domanda ai nostri esperti](#)

Leggi anche