

# SALUTE **Otto italiani su dieci hanno problemi agli occhi. Un fenomeno che non** **OCCHIO ALLA VISTA: DAI PRIMI MESI ALLA TERZA ETÀ,** **L'obiettivo è scoprire al più presto ogni disturbo per poterlo curare in**

Simona Lovati

Milano, giugno

**G**li italiani con problemi alla vista sono addirittura otto su dieci. Quasi tutti, potremmo dire! Un triste primato dovuto a una popolazione sempre più matura, oltre che a un abuso dei dispositivi elettronici che ormai comincia già da bambini. «Controllare in modo regolare e periodico la vista è fondamentale per prevenire malattie degli occhi come il glaucoma, che danneggia il nervo ottico a causa di un aumento della pressione intraoculare, oppure la degenerazione della macula – la parte centrale della retina – che hanno uno sviluppo lento e progressivo nel tempo», spiega il dottor Gaspare Monaco, responsabile dell'unità operativa di oculistica al **Poli-clinico San Donato** di Milano. Senza dimenticare che il benessere degli occhi e della vista fa migliorare la qualità della vita, per esempio alla guida, al lavoro, nello studio.

## Si parte con i bebè di appena sei mesi

**IL CALENDARIO** La Società oftalmologica italiana raccomanda cinque date fondamentali per il controllo della vista. Una cadenza personalizzata con ulteriori visite sarà pianificata in caso di necessità dall'oculista.

- Il primo controllo è doveroso entro i primi sei mesi di vita del neonato, per escludere patologie del bulbo oculare.

- Il secondo serve quando il piccolo ha tre anni, per identificare in modo precoce lo strabismo e l'occhio pigro. «Quest'ultima condizione è caratterizzata da un occhio con meno capacità visiva



## PER I GIOVANI SERVONO ATTENZIONI PARTICOLARI

Questa bambina si fa visitare dal suo oculista pediatra per scongiurare patologie all'occhio e problemi alla vista. In questa fascia di età il nemico numero uno della vista è la sovraesposizione ai monitor di tv, telefonini e giochi digitali. Per questo è importante porre limiti all'uso di questi dispositivi e permettere ai bambini di trascorrere più tempo possibile all'aperto: così allenano i muscoli oculari a guardare vicino e lontano.

dell'altro. Quest'ultimo andrà perciò coperto in modo da stimolare l'occhio meno attivo», chiarisce lo specialista.

- Il terzo controllo va messo in agenda a sei anni di età, quando il bambino comincia il suo percorso di studi, per valutare la manifestazione di difetti refrattivi che influiscono sul suo rendimento scolastico. È importante che possa vedere bene alla lavagna, scrivere o

leggere. Questi disturbi sono miopia (non vedere bene da lontano), astigmatismo (un ostacolo nel mettere a fuoco gli oggetti), ipermetropia (difficoltà nella visione da vicino). Non sottovalutare alcun segnale: se tuo figlio soffre spesso di mal di testa, strizza gli occhi di frequente o avvicina a sé gli oggetti per vederli da vicino, è opportuno anticipare la visita.

- Il quarto è d'obbligo durante l'adolescenza. In genere i ragazzi di questa fascia di età sono interessati da miopia, sempre più diffusa anche tra i bambini a causa delle molte ore passate a guardare gli schermi dei dispositivi elettronici che costringono l'occhio a osservare sempre da vicino (si prevede che entro il 2050 metà della popolazione mondiale sarà miope).

80 NUOVO

**riguarda solo la popolazione over, ma anche i piccoli, sempre più esposti ai monitor**

# ECCO IL CALENDARIO DEI CONTROLLI INDISPENSABILI

**fretta e con efficacia. Metti in agenda le visite da fissare con l'oculista**

● «Il quinto appuntamento dall'oculista è previsto a 40 anni, per individuare la presbiopia, cioè la difficoltà nel vedere da vicino», continua il medico. A questa età cominciano a svilupparsi anche i primi segnali di glaucoma e degenerazione della macula. Da non sottovalutare la sindrome dell'occhio secco, che interessa soprattutto quanti lavorano al computer e le donne che si preparano alla menopausa, per via di variazioni ormonali.

## Quell'opacità sul cristallino

● A 60 anni ci si focalizza sulla cataratta, cioè l'invecchiamento del cristallino, la lente interna dell'occhio che si opacizza progressivamente impedendo di vedere bene.

**GLI STRUMENTI** Dai sei anni in poi, quando il piccolo paziente può cominciare a collaborare con il medico, vengono utilizzati dispositivi mirati, sempre più precisi e sofisticati. Tra questi il microscopio trinoculare, dotato di una particolare lampada che consente di ingrandire le strutture dell'occhio per valutarle al meglio. E ancora il tonometro, fondamentale per misurare la pressione dell'occhio senza toccarlo in condizioni di massima sicurezza e sterilità, e la tomografia ottica a fibra coerente, una sorta di Tac che si avvale di una tecnologia laser per studiare la retina e la macula. Ci sono poi i tomografi corneali, per indagare la presenza di cheratocono, una malattia che assottiglia e deforma la cornea e che può svilupparsi addirittura dai sei anni di età, e il biometro, per scegliere il nuovo cristallino da impiantare in caso di cataratta.

© riproduzione riservata

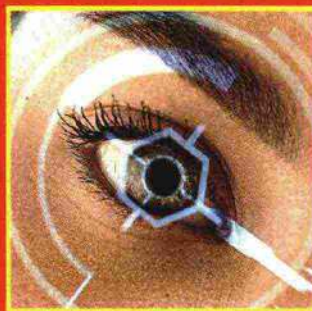
## Lenti a contatto "permanenti" e intelligenza artificiale

### LE NUOVE, SOFISTICATE TECNICHE DI INTERVENTO

**P**er trattare i difetti visivi oggi è possibile avvalersi di tecniche di intervento e lenti d'avanguardia.

#### ✓ LA CATARATTA.

L'intervento per questo disturbo è il più praticato al mondo. Il laser permette una maggiore precisione e una riduzione degli effetti collaterali. Non solo. Grazie all'intelligenza artificiale è possibile valutare i parametri dell'occhio del paziente per scegliere e realizzare la lente intraoculare più adatta da impiantare, sempre più performante e personalizzata. Inoltre, grazie ai laser di ultima generazione durante l'operazione si possono correggere anche altri difetti visivi, per migliorare la vista sia da lontano sia da vicino, intervenendo sulla multifocalità dell'occhio.



#### ✓ LENTI A CONTATTO.

Sono disponibili particolari lenti chiamate ICL (Implantable Contact Lenses), cioè lenti a contatto da "impiantare" a base di collagene — una proteina presente nella pelle, nelle ossa, nelle cartilagini —, che vengono posizionate tra il cristallino (quello naturale del paziente) e l'iride, per correggere soprattutto miopia e ipermetropia. Il trattamento è dedicato a quanti non possono sottoporsi alle sedute con il laser. L'intervento è indolore, dura circa venti minuti, non presenta effetti secondari ed è anche reversibile: ciò significa che è possibile cambiare le lenti se la correzione è insufficiente.

© riproduzione riservata

## IN PILLOLE

### SINDROME METABOLICA E DEMENZA PRECOCE

Può esserci un'associazione tra sindrome metabolica e aumento del rischio di demenza senile precoce, ovvero prima dei 65 anni di età. Lo rivela uno studio condotto dall'Hallym University Sacred Heart Hospital di Anyang, in Corea del Sud. Per ridurre il rischio di sviluppare demenza precoce gli autori della ricerca sottolineano l'importanza di uno stile di vita sano.



### GIAPPONE: TASSATIVO MISURARE IL GIROVITA

Si chiama Metabo Law ed è una legge unica al mondo in vigore in Giappone: prevede il monitoraggio della circonferenza del girovita nella fascia di età compresa tra i 40 e i 74 anni, ogni dodici mesi. L'obiettivo è prevenire le malattie croniche, ridurre i costi del servizio sanitario pubblico e migliorare la qualità della vita della popolazione. Lo rende noto il ministero della Salute, lavoro e welfare del Paese del Sol Levante.

### OSPEDALI ITALIANI SICURI NEI BLACKOUT

Pazienti al sicuro. Gli ospedali e le strutture sanitarie pubbliche in Italia sono attrezzati per garantire continuità operativa anche in caso di blackout. Lo garantiscono i protocolli di sicurezza e i sistemi di emergenza previsti in tutte le aziende sanitarie. Lo afferma Giovanni Migliore, presidente della Federazione italiana aziende sanitarie e ospedaliere.

