

in salute

bimestrale di informazione
e approfondimento medico



**L'Istituto Superiore
di Sanità ha scelto
la città di Benevento
per rappresentare
la Campania
nell'indagine sullo
stato di salute della
popolazione italiana**

PAGINA 19

UNA SANA ALIMENTAZIONE CONTRO IL RISCHIO TUMORE

di **Umberto Veronesi**



I bambini preferiscono le lenti a contatto agli occhiali

di **GIORGIO CUSATI**

Harry Potter, uno dei personaggi di maggior successo per l'infanzia, è un portatore di occhiali.

Il laboratorio di Dexter. Il protagonista del cartone è **Dexter**, bambino di otto anni con gli occhiali, dall'intelligenza superiore alla media.

Espertissimo in fisica ed informatica, è riuscito a costruire un laboratorio scientifico segreto.

Martin Matin, altro bambino protagonista di un cartone animato, occhialuto e dai capelli rossi, che possiede una strana caratteristica: tutte le mattine quando si sveglia si trasforma in un essere fantastico e leggendario.

Ma allora come mai i nostri bambini sempre di più preferiscono le lenti a contatto al

posto degli occhiali?

La miopia è un difetto visivo a causa del quale si vede sfocato da lontano, mentre la visione da vicino è buona, è il difetto della vista più frequente nella nostra

popolazione: il 25% degli italiani è miope.

Insorge nei bambini piccoli, già a 2-3 anni di età, progredisce col passare degli anni, arrivando anche a valori elevati (30 diottrie). La miopia si misura in diottrie: più un occhio è miope e maggiori sono le diottrie di miopia.

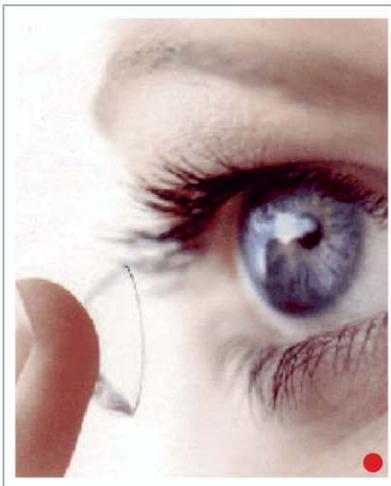
La miopia può essere classificata in tre stadi:

- lieve, se va da 0 a 3 diottrie;

- moderata, se va da 3 a 7 diottrie;

- elevata, se è maggiore di 7 diottrie.

Generalmente i pazienti miopi strizzano gli





occhi socchiudendo le palpebre per cercare di mettere a fuoco gli oggetti lontani. Quanto maggiore è il difetto visivo, tanto minore è la distanza alla quale si vede bene.

Le cause principali della miopia sono tre:

1. bulbo oculare più lungo del normale: è la causa più comune;
2. curvatura della cornea o del cristallino maggiore della norma;
3. aumento del potere refrattivo del cristallino (la lente all'interno dell'occhio è più potente della norma).

Purtroppo non si può prevenire. E' fondamentale la visita dall'oculista di fiducia per usare la giusta correzione sin da quando si presenta, questo anche con lo scopo di rallentarne l'evoluzione.

La miopia, come l'ipermetropia e l'astigmatismo, può essere corretta con occhiali, lenti a contatto e tramite intervento laser.

La correzione più usata e comune è l'occhiale, è facile da usare e non comporta problemi visivi. Ci si può limitare ad avere un paio di occhiali graduati normali ed uno da sole per avere risolto il problema. Certo, quanto più si è miopi tanto aumentano i problemi visivi. Per colpa delle distorsioni causate dalla periferia delle lenti, l'immagine risulta percepita rimpicciolita e risulta nitida solo nella parte centrale. Quindi spesso si cerca una soluzione alternativa, soprattutto quando il miope esercita attività sportive,

dove maggiormente gli occhiali danno fastidio.

Una valida alternativa è l'utilizzo delle lenti a contatto, una lente più piccola di una lenticchia, che viene inserita dentro all'occhio, la qualità visiva migliora in quanto la lente è avvolgente. Le lenti a contatto sono un "corpo estraneo" all'interno dell'occhio e, quindi, richiedono una serie d'importanti accorgimenti di pulizia e manutenzioni per evitare problemi oculari. Lavarsi bene le mani e asciugarle prima di applicare o levare le lenti a contatto, conservare le lenti nei liquidi appositi, non utilizzare mai l'acqua corrente per sciacquare o conservare le lenti e, meno che mai, la saliva, non addormentarsi con le lenti a contatto, a meno che non siano quelle che lo consentono, levare le lenti al primo sintomo di fastidio. E' consigliabile portare con sé un paio di occhiali di scorta, specialmente se si deve guidare. Non fare il bagno nemmeno al mare o in piscina se non si fa uso di occhialini. Evitare di fare arrivare a seccare l'occhio, è importante utilizzare lacrime artificiali specialmente quando si è al sole o in posti con aria troppo



secca... insomma, un decalogo per l'uso corretto.

Per tutti questi motivi o per scelta, si può ricorrere alla correzione laser o alla chirurgia della miopia.

Il laser ad eccimeri emana una radiazione ultravioletta ad alta intensità in grado di rimodellare la curvatura esterna della cornea appiattendola, correggendo così la miopia. Le metodiche che utilizzano il laser ad eccimeri sono due: la PRK (fotoablazione corneale di superficie) e la LASIK (cheratomileusi intrastromale). Due interventi in anestesia locale e indolore. Il recupero visivo è veloce, mentre per la stabilizzazione del risultato si richiede qualche mese, poi la vita cambia... in meglio!

Ma torniamo ai nostri bambini. Secondo quanto emerso da una ricerca americana, i bambini preferiscono le lentine agli occhiali da vista perché non solo migliora il loro rapporto con il loro aspetto fisico, ma indossare le lenti a contatto aumenta in essi la sicurezza e la loro autostima: si piacciono di più e sono convinti di piacere di più anche ai loro amici. Gli occhiali

provocherebbero disagio e insicurezza.

Il risultato di questa ricerca mi spaventa un po', perché è, come dire, un altro sintomo di quanto la nostra Società sia pervasa da quest'ossessione dell'apparire che non risparmia neanche i bambini. Mi sento di dire che, è vero, nessun problema a fare usare le lenti a contatto ai bambini piccoli e per piccoli intendo la fascia di età 2-3 anni, ma sempre che non ci siano seri problemi come la grande differenza di gradazione tra un occhio e l'altro, dove ovviamente è un problema andare a correggere con le lenti di occhiali molto differenti l'una dall'altra, attenderei un'età superiore come i 10-11 anni. È preferibile anche per i genitori che non devono preoccuparsi delle operazioni di pulizia quotidiana e al tempo stesso riducono il rischio d'infezione da parte dei bambini. Naturalmente i genitori devono collaborare nella fase di applicazione e rimozione delle lenti, fino a quando il bambino non abbia raggiunto una discreta manualità.

La Società non deve ossessionare i bambini e dare più importanza all'apparire che al vivere serenamente i propri difetti visivi! 