

Come avere uno sguardo fresco e rilassato anche al rientro dalle vacanze?

La risposta arriva da una web research sostenuta da Acuvue e promossa dal sito www.occhioalloscatto.net

Fare frequenti pause durante il lavoro al pc e scegliere lenti a contatto capaci di assicurare la migliore visione possibile e il massimo comfort agli occhi

Non è solo il buonumore a risentire del ritorno alla dura routine quotidiana dopo un periodo di vacanza. Secondo una web research condotta dal sito www.occhioalloscatto.net e sostenuta da Acuvue, anche la visione viene danneggiata dalla ripresa dell'attività lavorativa.



In particolare, secondo sei interpellati su dieci (con una leggera prevalenza tra le donne) sono le troppe ore passate davanti allo schermo del computer a mandare subito in difficoltà gli occhi, già provati dal vedere... le lunghe file di auto sulla strada per l'ufficio così come il cielo non sempre così soleggiato come nelle calde giornate d'estate. Situazioni, queste ultime, che riguardano rispettivamente due partecipanti su dieci alla ricerca senza sostanziali differenze né di sesso né di età (è stato coinvolto un campione di 1.042 italiani, maschi e femmine, tra i 18 e i 45 anni).

Come mantenere non solo un viso, ma anche degli occhi riposati dopo il relax estivo?

Un intervistato su tre suggerisce di fare frequenti pause durante il lavoro al computer fissando l'orizzonte fuori dalla finestra dell'ufficio o alzandosi per andare a prendere un caffè o una bottiglietta d'acqua alla macchinetta: un consiglio validissimo, che come tale gode della piena approvazione di oculisti e medici del lavoro.

Per chi ha problemi di vista c'è poi anche un'altra soluzione altrettanto valida ed efficace, caldeggiata da un soggetto su quattro tra quelli coinvolti nella web research del sito www.occhioalloscatto.net: utilizzare lenti a contatto che mantengano gli occhi "freschi" e riposati a dispetto dello sforzo imposto dal dover continuare a fissare il videoterminale. Un vantaggio amplificato dalla presenza sul mercato di modelli di ultima generazione, come ad esempio quelli della linea Acuvue, capaci di assicurare sempre la migliore visione e il massimo comfort a qualsiasi soggetto, anche dopo lunghe giornate al pc. Perché senza gli strumenti giusti il desktop con la foto delle ultime vacanze giova di sicuro allo spirito, ma può fare davvero poco per la salute della vista.

"Occhioalloscatto.net" è il sito sponsorizzato da ACUVUE che rileva i gusti e le abitudini degli italiani, mettendone in luce gli aspetti più curiosi e divertenti.

"Occhioalloscatto.net" fotografa attraverso mini sondaggi che saranno pubblicati nel corso dell'anno, atteggiamenti e situazioni legati alla vista, nei vari momenti di vita degli italiani.

Il terzo sondaggio ha avuto come argomento il rientro dalle vacanze.

Ecco i risultati nel dettaglio:

- Gli Italiani temono il ritorno dalle ferie estive, soprattutto per la loro vista: per più del 64% la prima fonte di problemi alla vista è determinata dal tempo speso davanti a un computer, fissato per ore e ore, mentre il 35% circa, ritiene scherzosamente più deleteria per gli occhi la vista dei colleghi o della lunga fila di automobili sulla strada per l'ufficio.

- Interessanti le soluzioni contro l'affaticamento della vista proposte dagli Italiani intervistati: per circa il 14% è importante una ripresa del lavoro graduale, che preveda anche frequenti pause (32%). Ben il 24,4% suggerisce l'uso di lenti a contatto che mantengano gli occhi freschi e riposati tutto il giorno.