

Quando la posizione è sbagliata



di Massimo Ferrari*

Esiste una correlazione tra vista e postura. Spesso non ce ne accorgiamo e invece occorre considerarle già nell'età prescolare.

Per anni gli specialisti delle varie branche mediche si sono talmente specializzati nel proprio settore a tal punto da creare delle super specialità di più elevata ricerca e competenza. E' piuttosto consueto ritrovare, infatti, nell'ambito dei dipartimenti oculistici ospedalieri ambulatori specifici per chirurgia della cataratta, del glaucoma, della retina per la diagnostica pediatrica, ecc... Tale sistema ha consentito, nel corso degli anni, una super specializzazione di settore, ma ha altresì concettualmente limitato la possibilità di interazione attiva con altri settori medico specialistici, inibendo in maniera radicale quel concetto di medicina multidisciplinare che ancora oggi è la base di molte ricerche medico scientifiche, ed è al tempo stesso, quello che la gente ricerca nel tentativo di ritrovare una vera e propria regia olistica per l'interpretazione delle proprie problematiche sanitarie.

Prendiamo ad esempio in considerazioni le correlazioni esistenti fra organo della vista e postura, che oggi vengono studiate, interpretate, e gestite da veri e propri gruppi di lavoro interdisciplinari coinvolgenti varie figure professionali finalizzate al medesimo scopo diagnostico e terapeutico.

L'osservazione delle persone che vivono con noi, in particolare dei nostri figli o nipoti, nonché l'analisi attenta del paziente che ci entra in studio per effettuare una visita, è elemento importante dal punto di vista anamnestico clinico e soprattutto posturologico, ossia ci permette di identificare quei fattori spesso evidenti ad una rapida osservazione, che fanno parte di tutto quel complesso sistema che va sotto il nome





di "sistema tonico posturale".

Non a caso posizioni alterate del cingolo scapolare, della posizione dell'asse collo testa, asimmetrie evidenti del rapporto mandibolo mascellare od a carico del massiccio facciale, fanno parte di una condizione che esprime una certa "memoria posturale" dell'individuo, il più delle volte compensatoria ad uno o più problemi posturali primari, tra cui anche quelli coinvolgenti l'organo della vista.

Gemellaggi sempre più frequenti fra asimmetrie oculari, asimmetrie occlusali dentarie, alterazioni posturali scheletriche a carico della colonna, del cingolo scapolo omerale, del bacino, degli appoggi plantari, dimostrano la molteplicità delle connessioni esistenti fra i vari distretti corporei, in cui il fine gioco di forze biomeccaniche, gestite ed organizzate dal sistema nervoso centrale, sta alla base dei principi fisici, meccanici e funzionali che permettono all'individuo di essere in perfetta armonia ed equilibrio con le forze risultanti fra forza di gravità e forze incidenti, che consentono, in posizione statica e dinamica, il minimo dispendio energetico e quindi il corretto stato di benessere.

Tutto ciò per sottolineare che molte volte bimbi che guardano la televisione in assetti posturali scorretti (spesso sdraiati, con le spalle o il viso in posizione ruotata e lievemente obliqua, o comunque in posizione non del tutto frontale), che mangiano o scrivono in posizioni altrettanto scorrette, andrebbero sottoposti oltre alla normale visita di screening oculistico associato ad uno studio muscolare oculare da parte di un'ortottista. In alcuni casi è altresì opportuno svolgere anche un'ulteriore valutazione generale dell'intera postura, da parte di figure professionali quali osteopati, chiropratici o fisioterapisti.

Consideriamo che nella maggior parte dei paesi, anche europei, lo screening posturologico molto spesso

è impostato nelle scuole, così come avviene di prassi lo screening odontoiatrico ed oculistico che dovrebbero essere effettuati sicuramente entro l'età scolare (meglio fra il primo ed il terzo anno di età).

Le inclinazioni laterali e le rotazioni prolungate e ripetitive dell'asse collo testa e del cingolo scapolare possono determinare, col tempo, delle asimmetrie a livello cranio cervicale, che a sua volta si riflettono in maniera compensatoria anche a livello dell'organo della vista con asimmetrie muscolari, asimmetrie del processo di convergenza, nonché con l'insorgenza di forme acquisite di astigmatismo.

Essendo l'assetto posturale sia oculare che generale uno dei punti cardine sul corretto sviluppo dell'equilibrio, è possibile che con il passare degli anni si possano verificare anche anomalie in questo senso, soprattutto quando siano coinvolti nei deficit posturali gli appoggi plantari e le modalità di deambulazione. Non deve quindi stupire se dopo una normale visita oculistica, effettuata a livello preventivo, si trovi nelle indicazioni rilasciate da parte del medico specialista qualche consiglio posturologico, che solo in apparenza può sembrare cosa atipica, ma come citato, rientra in quell'insieme di connessioni gestite e coordinate dal nostro sistema nervoso centrale, nella ricerca della situazione ottimale di benessere psicofisico.

*Medico chirurgo oculista

Responsabile Servizio di Oculistica, ortottica e posturologia oculare H. San Raffaele Resnati, Milano
Direttore centro clinico e di ricerca Eye Technology
Milano Italy, Frankfurt, Germany