

Gli occhi, questa importante "finestra sul mondo esterno", sono un bene troppo prezioso per essere trascurati, parlando di protezione dai raggi solari, spesso non si considera lo stato di salute e di benessere dell'organo della vista e si lascia spazio nella scelta dei presidi ottici e protettivi a considerazioni estetiche o puramente legate ai costi, alla moda o alla firma dello stilista.

In particolare l'occhiale da sole impiegato dalla maggior parte di noi è molto spesso l'unico elemento di protezione e di separazione fra i nostri occhi e l'ambiente esterno, ricco di innumerevoli insidie, tra cui le ben note radiazioni UVA, UVB, UVC. Le radiazioni ad alta energia se non adeguatamente filtrate, possono provocare anche serie complicazioni alle strutture oculari, tra cui congiuntiva, cornea ed in alcuni casi più gravi cristallino e retina.

Protezione maggiore rivolta a..

Da quanto esposto la lente protettiva ideale dovrebbe essere in grado di garantire l'assorbimento delle radiazioni nocive per l'organo della vista, garantendone al tempo stesso l'ottimale qualità visiva.

Il rischio solare dipende tuttavia da una serie di fattori: la quota dal livello del mare, in montagna ad esempio l'esposizione è più elevata ed in presenza di neve o ghiaccio i rischi oculari sono quadruplicati; per contro le superfici riflettenti (fiumi, laghi, mare) sono altrettanto a rischio.

L'angolo di incidenza dei raggi solari incide in maniera significativa sul rischio di radiazione ultravioletta, come pure nelle ore centrali della giornata in cui i sistemi di difesa oculari devono essere maggiormente considerati.

OCCHI E SOLE



di Massimo Ferrari*

Per molti proteggere gli occhi dai raggi solari è solo un fatto estetico. Invece è molto importante per la salute della nostra vista. Perciò occorre scegliere la protezione giusta.

Chi sono quindi i soggetti maggiormente esposti ai rischi da radiazione ultravioletta?

I bambini (neonati in particolare) in cui la perfetta trasparenza del loro cristallino non crea nessun tipo di filtraggio agli UV che possono raggiungere la retina con maggiori possibilità di sviluppare nel tempo qualche modificazione patologica. Sicuramente più esposti a questo tipo di pericoli da radiazioni sono gli occhi molto chiari, poco ricchi di pigmento irideo, o i soggetti albin.

L'occhio chiaro spesso è sinonimo di forte impatto estetico ma sicuramente è altrettanto sinonimo di reattività, sensibilità e delicatezza oculare specie agli insulti ambientali. Così anche nei soggetti allergici o in coloro in cui il film lacrimale della superficie oculare risulta alterato, (sindrome dell'occhio secco) la fotofobia cioè l'intolleranza alla luce, può essere un sintomo frequente che richiede l'uso di un buon occhiale da sole.

Nei portatori di lenti a contatto l'occhiale da sole non solo è utile nell'attenuare i fastidi correlati alla luminosità ma rappresenta un'ottimale ulteriore filtro protettivo verso l'ambiente esterno ricco di impurità che possono creare fastidi ed intolleranza nell'uso delle lenti corneali. Vale la stessa precauzione per tutti coloro che sono stati sottoposti ad interventi di microchirurgia oculare, in particolare i portatori di cristallino artificiale dopo la rimozione della cataratta o coloro che sono stati sottoposti a chirurgia refrattiva per la riduzione dei difetti quali miopia, astigmatismo o ipermetropia, o coloro sottoposti ad altro tipo di chirurgia soprattutto a carico delle porzioni anteriori dell'organo della vista.

In questi casi l'occhio operato tende a mantenere anche dopo anni dall'intervento una certa sensibilità e reattività a riflessi luminosi ed a luce intensa, per cui è consigliabile l'occhiale solare, non solo nei primi tempi dopo l'intervento, ma anche dopo anni.

Un certo fastidio alla luce e quindi la necessità di adeguata protezione la riferiscono pazienti portatori di alcune patologie retiniche quali la retinopatia diabetica, maculopatia o degenerazioni maculari sia di tipo miopico che senile o i pazienti trattati per distacco retinico.

Così anche pazienti affetti da glaucoma possono, in alcuni casi, riferire una certa intolleranza alla luce, anche in relazione ai tipi di colliri utilizzati nelle terapie anti-glaucomatose.

Ci sono poi situazioni particolari che richiedono altrettanti occhiali particolari:

nei videoterminalisti ed in tutti coloro che sono sottoposti a luci ambientali per parecchie ore nel corso della giornata, fra cui le luci neon, sono in alcuni casi consigliabili lenti anche di potere neutro, fotocromatiche e possibilmente antiriflesso, che evitino almeno in parte, i sintomi da affaticamento visivo.

Includerei anche i soggetti che per attività lavorativa, sportiva o personale passano varie ore in zone particolarmente assolate, basti pensare che statisticamente nelle piccole isole in cui il numero di ore di insolazione è superiore alla media, le pa-

tologie oculari come la cataratta e le degenerazioni maculari. Sono nettamente più diffuse che altrove, Questi principi dovrebbero essere esposti ed insegnati fin dall'età infantile, tutti dovrebbero essere ben istruiti sulla pericolosità degli UV e sull'adeguata protezione dei propri occhi.

Purtroppo per anni l'informazione sanitaria in Italia, rispetto agli altri paesi europei, è stata scarsa e carente ed ancora oggi non esiste un'informazione strutturata da parte di tutti quegli organi di interfaccia soprattutto con i giovani e le famiglie, come le scuole ed i principali mezzi di comunicazione.

Gli occhiali nello sport ed in campi speciali

La tecnologia ottica e l'esigenza di fornire materiali sempre più leggeri, resistenti ed otticamente sofisticati, ha notevolmente ampliato la diffusione di occhiali anche a protezione UV per sportivi di tutti i generi o in condizioni ed attività davvero speciali ed "off limit".

Per lo sport sono stati creati occhiali particolari capaci di rispondere alle caratteristiche ed alle esigenze del singolo atleta in rapporto alle performance sportive ed alle esigenze imposte dalle singole federazioni che ne regolano l'utilizzo in campo agonistico e non.

Per chi è appassionato di nuoto, o

Quaranta milioni circa di Italiani hanno problemi di vista: oltre due terzi dell'intera popolazione





di attività subacquea è possibile far preparare occhialini da nuoto o maschere subacquee di diverso tipo con la correzione diottrica desiderata, e con la schermatura adeguata al tipo di esigenza sportiva. Per gli appassionati della montagna e dello sci sono allo stesso modo preparabili maschere da sci corrette e solari, o normali occhiali da sole con lenti multistrato, che attualmente sono il frutto della più alta ricerca tecnologica in questo campo.

Anche per gli appassionati del golf sono stati creati occhiali particolari con lunette lateralizzabili al fine di avere un prodotto che offre al giocatore una perfetta visione a tutte le distanze richieste e provvisto inoltre di tutta una serie di filtri aggiuntivi capaci di offrire il massimo contrasto e la massima protezione UV in base alle diverse condizioni atmosferiche.

Per il calcio, il basket o la pallavolo sono stati creati tempiali antiurto resistenti e leggeri, dotati di lenti con ottimo filtro UV adattabile alle diverse condizioni ambientali di attività.

Per l'automobilismo ed il mondo del motociclismo le grandi ditte costruttrici di caschi integrali ormai da anni montano visiere multistrato con trattamenti speciali in grado di proteggere l'organo della vista sia dagli UV sia in caso di urti, mantenendone un'ottimale performance visiva, anche in condizioni crepuscolari o di particolare difficoltà.

Lo studio e la ricerca delle nuove tecnologie e dei materiali di protezione non trascurano naturalmente soggetti che operano in condizioni speciali e particolari come piloti aerospaziali, o militari.

Alla stessa stregua, infatti, materiali simili sono frutto di studi e programmi di ricerca in campo militare per la protezione ultravioletta di militari operativi in campi bellici particolari come le aree montane, desertiche o in campo aerospaziale.

Sono stati creati occhiali e visiere dotati di alta protezione UV, costituiti da materiali ultraleggeri ma altresì ultrasensibili, capaci di adattarsi ad ogni tipo di ambiente e di esigenza anche estrema.

Considerazioni

Quaranta milioni circa di Italiani hanno problemi di vista: oltre due terzi dell'intera popolazione.

Poiché quasi nessuno al mondo è senza problemi di vista si moltiplicano le ricerche per dare a tutti occhi sani e perfetti, tuttavia un'adeguata informazione capillare tale da attivare in tutte le fasce di età l'adeguata prevenzione resta e rimarrà sempre la base per poter evitare attivamente seri problemi in futuro ai nostri preziosissimi occhi.

Conclusioni

Purtroppo le cose belle costano sempre troppo... c'è da fare i conti con il portafoglio, certi materiali, certi tipi di trattamenti speciali a carico delle lenti solari innalzano irrimediabilmente il prezzo di mercato, ma sicuramente vale la pena spendere qualcosa di più per materiali sicuri e qualitativamente affidabili piuttosto che cercare il risparmio in prodotti e materiali di poco conto e di scarsa qualità, che non solo sono limitati nella durata, ma risultano del tutto inefficaci nell'offrire una corretta ed adeguata protezione ai nostri preziosissimi occhi.

Il futuro offre tecnologie fino ad oggi impensabili nella pratica reale, ma sulla luna ci siamo arrivati già da tempo, Marte lo abbiamo studiato via satellite, per il resto non ci resta che aspettare e ne vedremo delle belle..!

