



**di Lucio Buratto**  
Direttore del Centro Ambrosiano  
Oftalmico di Milano

# OCCHI E BAMBINI: quando andare dall'oculista

## *L'importanza della prima visita oculistica e dei controlli periodici che vanno fatti anche se il bambino sembra vederci bene*

**A**vete portato vostro figlio dall'oculista? Se sì, quando è stata l'ultima volta?

Purtroppo in Italia si fa fatica a far comprendere ai genitori l'importanza della prima visita oculistica e dei controlli periodici che vanno fatti anche se il bambino sembra vederci bene.

Forse qualche numero può aiutarci a capire la dimensione del problema: in Italia sono circa due milioni e mezzo i bambini tra i 3 e i 10 anni che, per la presenza di difetti visivi, soffrono di disturbi agli occhi, arrossamenti e frequenti mal di testa, riscontrati soprattutto durante le ore scolastiche. Almeno un milione e mezzo di loro non si è mai sottoposto ad una visita oculistica.

**La prevenzione è fondamentale** e, se le visite vengono fatte nei primissimi anni di vita o meglio nei primi mesi, ci sono alte probabilità di correggere o curare per tempo eventuali patologie che, se individuate tardi, non sono più curabili.

Ad esempio, la presenza di una **cataratta congenita** ha buone possibilità di essere curata se individuata molto presto. Allo stesso modo lo **strabismo**, oltre che rappresentare un deficit visivo, può in realtà celare altre patologie più gravi. Se preso per tempo, si può intervenire e curare senza dover operare chirurgicamente. Allo stesso modo, l'ambliopia, detto anche "**occhio pigro**", se intercettata entro i primi anni di vita si può trattare e risolvere. Se ci si accorge di avere questo problema in età adolescenziale o adulta, sarà troppo tardi e non si potrà più rimediare.

"Il problema è che **è estremamente difficile capire se un bambino ci vede bene** - spiega il dottor Lucio Buratto, fondatore di Camo, Centro Ambrosiano Oftalmico di Milano - il suo mondo, a quell'età, è tutto da vicino, per lui è importante

visualizzare il giocattolo che ha di fronte e non fa caso se non vede da lontano, per cui non lo comunica. Ecco perché è fondamentale fare delle visite oculistiche fin dai primi mesi o perlomeno entro il primo anno di età."

### **Quindi, quando è opportuno far visitare i bambini dal vostro oculista?**

Appena nato il bambino viene quasi sempre sottoposto a una visita oculistica già in ospedale grazie alla quale si controlla l'eventuale presenza di malformazioni o patologie congenite o di infezioni conseguenti al parto. Durante questa prima ispezione l'oculista controlla la morfologia del globo oculare e degli annessi, il riflesso rosso dell'occhio e la motilità dello stesso.

Successivamente, occorre recarsi dall'oculista in modo periodico. **È importante almeno una visita entro il primo anno di età** e successivamente, se non sono riscontrati problemi visivi di alcun tipo, è utile sottoporre a ulteriori controlli a 3 e a 4 anni. La visita successiva, sempre in condizioni di vista normale, si potrà poi fare a 6 anni.

In ogni caso i genitori devono prestare sempre grande attenzione al bambino per individuare eventuali comportamenti che indichino la presenza di qualche anomalia della vista.

Ecco alcuni atteggiamenti da tenere sotto controllo:

Se strizza continuamente gli occhi;

Se chiude uno dei due occhi quando si rivolge verso la luce;

Se inclina o ruota la testa in modo inconsueto per vedere bene le cose;

Se ha spesso gli occhi arrossati e se li sfrega in continuazione;

Se lacrima in modo eccessivo.

**In presenza di uno o più di questi atteggiamenti o sintomi, è bene andare quanto prima dall'oculista.**



# Rock your brain! Quando la musica fa bene alle nostre capacità cognitive

**È** risaputo quanto tenere in allenamento il nostro corpo sia importante per il nostro benessere e la nostra salute, meno noto è che anche il cervello va considerato al pari di altri organi o muscoli e per questo motivo va tenuto in forma: la ricerca scientifica conferma che un ruolo chiave può essere giocato anche dalla stimolazione sonora.

Per questo, la piattaforma Brainzone dedica una nuova sezione al tema Cervello e Musica, ricca di interessanti contenuti: dalle evidenze sulla relazione musica-cervello-Sclerosi Multipla ai suggerimenti utili per tenere il cervello attivo e sano passando dalle playlist musicali realizzate per stimolare il cervello.

La Sclerosi Multipla è una delle più gravi patologie del sistema nervoso centrale che colpisce soprattutto i giovani; sono oltre 110 mila le persone con SM in Italia, ogni anno i nuovi casi sono circa 3.400.\*

Mai come in questi ultimi tempi, grazie alla comodità delle nuove tecnologie, la musica fa da sottofondo alla maggior parte delle nostre giornate. Si tratta di un'arte che dà piacere, stimola i ricordi, ci fa vivere emozioni e spesso ci aiuta nella concentrazione. Forse non è un caso che l'apparato uditivo, responsabile della raccolta degli stimoli sonori esterni, sia così vicino al cervello. La loro è una interazione continua, un processo di codifica e decodifica preziosissimo per il nostro benessere che, per questo, deve essere preservato anche grazie a una corretta e continua stimolazione. Un vero e proprio esercizio per il nostro cervello che, come noi, preferisce allenarsi con un sottofondo musicale.

È su queste basi che Novartis, con il patrocinio di SIN - Società Italiana di Neurologia, AISM - Associazione Italiana Sclerosi Multipla - ha ampliato la piattaforma Brainzone con una nuova sezione dedicata al tema Cervello e Musica. Il sito [www.brainzone.it](http://www.brainzone.it), dopo aver introdotto alla conoscenza del cervello e all'importanza del mantenimento delle sue funzionalità tramite l'allenamento costante, permette ora di scoprire come si può trarre benefici anche dall'ascolto della musica inteso come vero e proprio training atto a stimolare le nostre capacità cognitive.

"Il cervello è l'essenza della nostra persona e della nostra vita e più la nostra vita è ricca di relazioni, emozioni, contatti e stimoli, meglio si mantiene il nostro cervello - afferma il Prof. Giancarlo Comi, Direttore del Dipartimento Neurologico e dell'Istituto di Neurologia Sperimentale (INSPE) presso l'Istituto Scientifico San Raffaele, Università Vita e Salute di Milano - Tra questi stimoli quello sonoro è sicuramente uno dei più importanti e la ricerca scientifica ce lo conferma, sia per un migliore invecchiamento cognitivo sia in presenza di patologie come quelle neurodegenerative, la Sclerosi Multipla in primis".

La nuova sezione Cervello e Musica contiene diverse aree di approfondimento. Oltre alle informazioni e alle evidenze sulla relazione musica-cervello-Sclerosi Multipla, gli esperti hanno individuato i cinque suggerimenti utili per tenere il cervello attivo e sano grazie alla musica. Proprio seguendo questi consigli sono state realizzate con Deezer, il portale per l'accesso illimitato ad album e tracce di ogni genere, specifiche playlist disponibili sul sito e differen-

ziate a seconda dei benefici che si vogliono ottenere. Le novità non sono finite, la piattaforma mette infatti a disposizione di tutti anche un Braintraining Musicale, un set di esercizi sviluppato in collaborazione con Wired per, attraverso la musica, mantenere attiva la funzione cerebrale e mentale ad ogni età.

"La musica è una rivelazione, diceva Beethoven, e oggi tanto più, se nella nostra convivenza con la Sclerosi Multipla può essere quell'ulteriore alleato che ci aiuta ad affrontare, in modi forse inaspettati, le nostre sfide quotidiane - osserva Angela Martino, Presidente Nazionale AISM, Associazione Italiana Sclerosi Multipla - Proprio perché i tanti colori della musica fanno parte della vita di tutti, credo che sia un'ottima leva informare e sensibilizzare le persone sulle difficoltà provocate dalla Sclerosi Multipla, e su come alcune corrette abitudini possono rallentare lo sviluppo, anche grazie alla musica".

Per essere vicini al pubblico dei giovani, appassionati di musica e nell'età giusta per iniziare gli "allenamenti", la campagna è diffusa anche da una pagina Facebook nella quale, in maniera semplice e diretta, si spiega l'importante ruolo della musica per il benessere del cervello. Questo ulteriore strumento di comunicazione multimediale è volto a sostenere la nascita di un vero e proprio movimento a favore della salute del cervello e diffondere un messaggio di cultura e attenzione al mantenimento della funzionalità cerebrale.