

S.O.S. ESTATE:

la sindrome da occhio secco e l'esposizione al sole

Il sole, si sa, è una fonte molto potente di radiazioni luminose in grado di provocare danni ai tessuti, determinando un processo di invecchiamento precoce. In spiaggia al mare, così come durante un'escursione in alta montagna, al pari della nostra pelle, anche le strutture oculari possono essere esposte a forti radiazioni di raggi UVA o UVB. Soprattutto la retina risulta vulnerabile e, una volta danneggiata, la sua funzionalità ne viene seriamente compromessa, come nel caso delle maculopatie fototraumatiche. Inoltre l'esposizione protratta ai raggi solari senza un'adeguata protezione può favorire l'insorgenza di patologie come congiuntiviti, cheratiti attiniche e giocare un ruolo nell'insorgenza della cataratta. "Anche la disfunzione lacrimale può essere influenzata da una prolungata esposizione al sole; l'aumento dell'evaporazione del film lacrimale ne limita la funzione, che è quella di proteggere gli epiteli della superficie ocu-

lare e le strutture interne dell'occhio mediante un'azione filtrante sulle radiazioni ultraviolette e sulle radiazioni infrarosse." – sottolinea la **Prof.ssa Rita Mencucci**, della Clinica Oculistica di Firenze – "Le lacrime sono un prodotto del nostro occhio estremamente sofisticato e complesso e secrete dalla ghiandola lacrimale principale, situata sotto la palpebra superiore, dalle ghiandole lacrimali accessorie, poste nella congiuntiva, e dalle ghiandole di Zeis, Moll e Meibomio, che si trovano nello spessore delle palpebre." "Le lacrime sono costituite essenzialmente da una composizione acquosa e da una miscela di lipidi e mucine che determinano la formazione di una barriera sull'epitelio corneale in grado di umidificare la superficie oculare e di proteggerla dall'essiccazione" – continua la prof.ssa Mencucci – "e l'alterazione di un film lacrimale "sano" può tradursi in una sua destabilizzazione. La conseguenza può essere la sindrome da occhio secco." Il medesimo discorso si può fare per le zone di alta montagna, dove le radiazioni ultraviolette raggiungono l'occhio in maniera più diretta. "Per precauzione, soprattutto al mare e in altre condizioni di elevata luminosità, è sempre utile l'uso di occhiali da sole con filtri a norma di legge, in modo da limitare l'azione dannosa dei raggi ultravioletti." – conclude la prof.ssa Mencucci. – "E in caso di prime avvisaglie di disturbi all'occhio è fondamentale rivolgersi all'oculista per un consulto." In letteratura, dati presentati dimostrano come alcune molecole riducano l'edema corneale da irraggiamento moderato-intenso in alta quota: un collirio che combina l'azione del **trealosio** (un disaccaride con proprietà protettive, antiossidanti e idratanti) con l'**acido ialuronico** (un polisaccaride con proprietà di ritenzione dell'acqua) è in grado di prevenire la denaturazione delle proteine, la degradazione dei lipidi, e di idratare e lubrificare la superficie corneale.

