

# IL FUMO fa male anche agli OCCHI

Il fumo riduce il flusso sanguigno causando alterazioni all'interno dei capillari degli occhi



di **Lucio Buratto**

Direttore del Centro Ambrosiano  
Oftalmico di Milano

**C**he il fumo faccia male alla salute è ormai risaputo: ogni anno oltre 5 milioni di persone nel mondo muoiono per gli effetti di questo vizio.

Che il fumo faccia male agli occhi invece lo sanno in pochi, perché non se ne parla abbastanza. Che effetto farebbe sentirsi dire che il fumo, oltre che causare il cancro, potrebbe far perdere la vista? Sembra un'affermazione assurda, esagerata, ma purtroppo può succedere.

Gli effetti negativi che il fumo può avere sulla vista non sono mai stati studiati approfonditamente, almeno fino a qualche anno fa, quando uscì una ricerca che esaminò gli effetti del tabacco sulla superficie degli occhi.

“Il fumo riduce il flusso sanguigno in generale – spiega il Dottor Lucio Buratto, Direttore Scientifico del Centro Ambrosiano Oftalmico di Milano – e questo causa alterazioni all'interno dei capillari degli occhi, in questo modo si riduce l'apporto di ossigeno e di altri oligoelementi agli occhi. Il fumo ha un effetto ossidante e di conseguenza favorisce l'insorgenza dei radicali liberi, i quali, oltre ad accelerare i fenomeni di invecchiamento dell'occhio, possono danneggiare i fotorecettori e, in generale, peggiorare le funzionalità delle cellule dei tessuti oculari”.

Chi fuma molto, oltre i due pacchetti di sigarette al giorno, e alza un po' troppo il gomito, rischia inoltre di contrarre la neurite alcolico-tabagica, un'intossicazione delle vie ottiche che può portare a gravi deficit della vista e alla maculopatia senile, una patologia che insorge dopo i 50 anni di età e colpisce la parte centrale della retina, lasciando intatta la visione periferica. E il rischio non arriva solo dal fumo diretto, ma secondo recenti studi anche quello passivo può causare la degenerazione maculare senile.

Chi fuma, inoltre, è soggetto a sviluppare la cataratta precoce, la retinopatia diabetica, il glaucoma e l'oftalmopatia di Graves, quest'ultima è un tipo di esoftalmo (una forma di protrusione del bulbo oculare) che nei casi più gravi comporta dolore intenso, ulcerazioni corneali e compressione del nervo ottico.

Il fumo può inoltre causare, se non peggiorare, la secchezza lacrimale, altrimenti conosciuta come occhio secco. Il fumo è un agente altamente irritante che può provocare prurito, bruciore e fastidio agli occhi: questi sono i tipici sintomi dell'occhio secco, più correttamente definito disfunzione da film lacrimale, quel sottile strato di lacrime che copre e idrata la cornea.

Nello studio prima citato sono stati messi a confronto occhi di fumatori e di non fumatori: nel primo caso la lacrimazione è risultata fortemente ridotta, mentre la superficie corneale presentava alcuni danni non riscontrabili negli occhi dei non fumatori.

È quindi ormai assodato e accertato che il fumo danneggia sensibilmente il film lacrimale e la superficie dei nostri occhi, oltre a causare importanti patologie oculari.

Basterà l'idea di peggiorare, se non di perdere, la vista per far smettere anche i più convinti con questo vizio assolutamente nocivo per la salute?