

PRESBIOPIA

dr.ssa Rossella Fonte

Professore a contratto di contattologia
Corso di Laurea in Ottica e Optometria -
Università degli Studi di Milano Bicocca

SEMPRE PIÙ PRECOCE

nel mirino l'utilizzo smodato di smartphone e sistemi digitali

Da oggi è disponibile una nuova lente a contatto multifocale per la correzione della presbiopia, che in Italia interessa oltre 26 milioni di persone

Il primo sintomo potrebbe essere la difficoltà di lettura di un messaggio sullo smartphone o una visione offuscata della timeline di facebook, magari seguita da un mal di testa persistente. A un tratto le abituali attività quotidiane come leggere, scrivere, usare il computer, diventano fastidiose, con un sensibile peggioramento della qualità della vita, accompagnato dalla spiacevole sensazione di essere "di colpo diventati vecchi". E così, proprio nel pieno della vita, si scopre di essere diventati presbinti e di avere bisogno di un ausilio per poter vedere bene da vicino. La presbiopia non è un difetto della vista, ma una condizione fisiologica legata all'invecchiamento, che si manifesta con la difficoltà a mettere a fuoco da vicino. Insorge intorno ai 40-45 anni e si stabilizza verso i 65. Secondo le ultime stime, in Italia i presbinti sono oltre 26 milioni e le più colpite sono le donne, per via dei cambiamenti legati alla menopausa e dell'altezza media inferiore rispetto agli uomini. Negli ultimi anni, tuttavia, si assiste a un sempre maggior numero di persone che sviluppano precocemente la presbiopia. "Gli stili di vita odierni presuppongono sempre più efficienza visiva nel lavoro come nel tempo libero", afferma la dottoressa Rossella Fonte, Professore a contratto di Contattologia, Corso di Laurea in Ottica e Optometria, Università degli Studi di Milano Bicocca. "Ore e ore passate al computer e la continua interazione con smartphone e con sistemi digitali in genere impegnano pesantemente la vista, imponendo all'apparato visivo un superlavoro che, alla lunga, risulta molto faticoso per gli occhi".

Numerosi studi confermano come oggi la tecnologia monopolizzi letteralmente le mani di milioni di persone. Ad esempio, secondo una recente indagine, il 77% degli italiani possiede almeno uno degli 83 milioni di smartphone attivi nel Belpaese e circa 7 italiani

su 10 (72%) hanno lo smartphone sempre in mano . Per danneggiare la vista possono bastare già 5-6 ore al giorno incollati allo smartphone, abitudine che accomuna molte persone: secondo il report annuale di Klaunier Perkins Caufield & Byers, le persone controllano lo smartphone circa 150 volte al giorno e trascorrono in media 4 ore al giorno davanti al cellulare . Se si presentano sintomi come difficoltà a vedere da vicino, mal di testa e bruciore agli occhi, è opportuno effettuare un controllo della vista da un professionista della visione, che potrà offrire la soluzione visiva più idonea alle proprie esigenze. Se, infatti, non si può prevenire la presbiopia, è però possibile correggerla in maniera innovativa, moderna e affidabile, oltre che molto più confortevole rispetto ai tradizionali occhiali con le lenti bifocali. La ricerca Acuvue, infatti, ha progettato una nuova lente a contatto multifocale che fornisce una risposta concreta al problema della presbiopia, anche per chi non ha mai portato lenti prima. Questo prodotto, attraverso la tecnologia Intusight™ e un innovativo design ottico, è in grado di offrire un comfort visivo ottimale e una eccellente qualità della visione, a tutte le distanze. Le caratteristiche del materiale di cui è composta la lente permettono un'idratazione e un comfort ideale per tutta la giornata; la geometria della lente, nel rispetto del protocollo applicativo, permette una qualità visiva soddisfacente per tutte le esigenze visive. Il tempo di adattamento è davvero ridotto al minimo – da una sola ora a qualche giorno al massimo – e la presenza del Blocco UV di classe 2 * aiuta a proteggere gli occhi dagli effetti nocivi dei raggi solari. Inoltre, l'utilizzo giornaliero di queste lenti garantisce l'igiene e il rispetto della fisiologia dell'occhio.

1. LA PRESBIOPIA: COSA È, A QUALE ETÀ COMPARE, INCIDENZA.

La presbiopia non è un difetto della vista, ma rappresenta una condizione fisiologica dell'apparato visivo legata all'invecchiamento, che si manifesta in primis con la difficoltà a mettere a fuoco da vicino. Si tratta di una condizione naturale che insorge intorno ai 40-45 anni e si stabilizza verso i 65. Secondo le ultime stime, in Italia i presbiti sono oltre 26 milioni , con un'incidenza proporzionalmente simile al resto del mondo.

2. ESISTONO DIFFERENZE TRA UOMO E DONNA NELLA COMPARS E NELLO SVILUPPO DELLA PRESBIOPIA? CI SONO POPOLAZIONI PIÙ O MENO COLPITE?

Sì. Alcuni studi hanno dimostrato che la presbiopia insorge prima nelle donne. Le cause sono sostanzialmente due: i cambiamenti legati alla menopausa e l'altezza media inferiore della donna. Le popolazioni più colpite sono quelle alle latitudini più basse. Nei Paesi che si trovano in corrispondenza della zona equatoriale la presbiopia si manifesta precocemente a causa della temperatura media annualmente più elevata e di una maggiore esposizione degli occhi alla radiazione ultravioletta (UVA/UVB). Un recente studio ha rilevato che in Tanzania la presbiopia insorge prima nelle donne, intorno ai 30 anni.

3. CI SONO PERSONE CHE NON SVILUPPANO LA PRESBIOPIA?

In realtà no, tutti prima o poi arriviamo alla presbiopia. Il "quando" può tuttavia variare in base alla situazione refrattiva del singolo. Un soggetto miope, ad esempio, potrebbe scoprire di vedere meglio da vicino senza gli occhiali. Al contrario, nell'ipermetropia la presbiopia può manifestarsi precocemente e con una sintomatologia più marcata.

4. SI PUÒ FARE QUALCOSA PER RALLENTARE IL PROCESSO?

Per rallentare il processo di invecchiamento del sistema oculare è senz'altro utile indossare una protezione dalla radiazione ultravioletta, come per esempio occhiali da sole e lenti a contatto con filtri UV, da oggi disponibili anche per presbiti.

5. QUALI SONO I PRIMI SINTOMI DELLA PRESBIOPIA E QUALI AZIONI A SUO AVVISO È CONSIGLIATO INtraprendere quando si manifestano?

Il primo sintomo è la difficoltà di lettura, caratteri che appaiono sfocati e poco leggibili, seguita da affaticamento visivo, mal di testa, bruciore e arrossamento degli occhi. A un tratto le abituali attività quotidiane - leggere, usare il computer, telefonare, scrivere, ecc. - diventano fastidiose, con un sensibile peggioramento della qualità della vita, accompagnato dalla spiacevole sensazione di essere "di colpo diventati vecchi". A questo punto è opportuno effettuare un controllo della vista da un professionista della visione, insieme al quale si troverà la soluzione visiva più idonea alle proprie esigenze. Negli ultimi anni, si assiste a un numero sempre maggiore di persone che manifestano precocemente la difficoltà nella visione da vicino: ore e ore passate al computer o la continua interazione con smartphone e con i sistemi digitali in genere impegnano pesantemente la vista, imponendo all'apparato visivo un superlavoro che, alla lunga, risulta molto faticoso per i soggetti presbiti.

6. DA OGGI SONO DISPONIBILI SUL MERCATO LENTI A CONTATTO MULTIFOCALI PER LA CORREZIONE DELLA PRESBIOPIA. QUALI SONO LE CARATTERISTICHE CHE UNA BUONA LENTE A CONTATTO MULTIFOCAL DOVREBBE AVERE?

Ovviamente la cosa più importante è che la lente offra una perfetta visione, sia da vicino che da lontano. È quindi importante scegliere una lente multifocale che abbia una geometria sviluppata con un design avanzato. In più, una buona lente rispetta la fisiologia oculare, donando un comfort costante per tutto il giorno e un buon passaggio di ossigeno. Idealmente la lente ha anche un filtro UV di classe 1 o 2 per proteggere gli occhi contro gli effetti potenzialmente dannosi del sole.

7. È NECESSARIO UN TEMPO DI ADATTAMENTO PER L'UTILIZZO DELLE LENTI MULTIFOCALI?

Il tempo necessario all'adattamento percettivo dipende dal soggetto ma è davvero minimo – si va da poche ore a un massimo di qualche giorno. L'applicazione da parte di un professionista aiuta a effettuare gli adattamenti percettivi necessari per garantire la migliore visione possibile.

8. QUALI SONO LE BARRIERE CHE UN PRESBITE POTREBBE INCONTRARE QUANDO UTILIZZA PER LA PRIMA VOLTA LE LENTI A CONTATTO MULTIFOCALI?

Le barriere sono in genere caratterizzate da una non corretta aspettativa rispetto al risultato, oppure da una non appropriata scelta della tipologia di lente. Tuttavia, in base alla mia esperienza, l'accurata valutazione effettuata dal contattologo rende pressoché nulle queste problematiche.

9. LE LENTI A CONTATTO MULTIFOCALI SONO UNA SOLUZIONE VALIDA PER TUTTI I PRESBITI?

Le lenti a contatto multifocali sono una soluzione valida per la grande maggioranza di presbiti. Vale quindi sempre la pena provare ad offrire questa soluzione. Poi, ovviamente, come non tutti i soggetti sono idonei al porto delle lenti a contatto, non tutti i soggetti presbiti hanno le caratteristiche fisiche che consentono un utilizzo soddisfacente della lente multifocale. Elementi a sfavore sono per esempio difetti visivi che non possono essere corretti con questa tipologia di lente, la qualità del film lacrimale (es. occhio secco), la presenza di condizioni sistemiche non idonee o l'utilizzo di particolari farmaci.

10. PERCHÉ LALENTE A CONTATTO PER LA CORREZIONE DELLA PRESBIOPIA POTREBBE RIVELARSI UNA SCELTA MIGLIORE RISPETTO ALL'UTILIZZO DEI TRADIZIONALI OCCHIALI MULTIFOCALI?

Le lenti multifocali rispondono alle esigenze di tutte quelle persone che proprio nel pieno di una vita intensa e attiva cominciano ad aver bisogno di un ausilio per vedere da vicino. Gli stili di vita odierni presuppongono sempre più efficienza visiva nel lavoro come nel tempo libero. La lente a contatto va incontro a questa esigenza: offre molta più libertà e praticità rispetto a un paio di occhiali.

A differenza di questi ultimi, le lenti non si appannano, non scivolano, offrono un campo visivo completo e una visione ottimale a tutte le distanze. Sono la soluzione ideale per chi pratica sport e anche per chi non ha mai portato le lenti a contatto.

11. IN CHE MODO, SECONDO LA SUA ESPERIENZA, 1 DAY ACUVUE MOIST® MULTIFOCAL, RISPONDE ALLE ESIGENZE DEI PRESBITI?

La grande differenza che ha portato sul mercato la lente 1 DAY ACUVUE MOIST® MULTIFOCAL è la geometria che prende in considerazione la grandezza della pupilla e, in questo modo, permette una qualità visiva soddisfacente per tutte le esigenze visive. In più, le caratteristiche del materiale di cui è composta la lente permettono un'idratazione e un comfort ottimale per tutta la giornata. Un altro punto importante è l'utilizzo giornaliero di queste lenti, che garantisce l'igiene e il rispetto della fisiologia dell'occhio. Ultimo, ma non meno importante, la lente offre un filtro UV di classe 2. Nella mia esperienza, da quando applico le lenti 1 DAY ACUVUE MOIST® MULTIFOCAL, le persone hanno molto apprezzato la facilità di adattamento, il comfort visivo e una eccellente qualità della visione per tutta la giornata.

