

# OCCHIO SECCO E STANCO

## L'occhio in un ambiente professionale malato

Oculistica



Di Arman C. Mariani

**D**escritta nel 1983 dall'Oms, la "Sindrome dell'edificio malato" o "Sick Building Syndrome" (SBS), indica un vasto numero di sintomi irritativi della pelle e delle mucose, fatica, cefalea, difetti di concentrazione e disturbi oculari in una elevata percentuale di persone che occupano un immobile.

Le manifestazioni cliniche sono aspecifiche, insorgono dopo alcune ore di permanenza in un determinato edificio e si risolvono in genere rapidamente, nel corso di qualche ora o di qualche giorno dopo l'uscita dall'edificio.

Sebbene i sintomi siano di modesta entità, i casi di SBS che si verificano in ambienti lavorativi possono avere un costo più elevato di alcune malattie gravi e a prognosi peggiore, a causa del significativo calo della produttività.

I sintomi oculari precedono gli altri problemi quali asma e allergie; questi infatti rappresentano il 27% di tutti i sintomi e comprendono secchezza oculare (19%), stanchezza visiva (21%), difficoltà di concentrazione (15%).

Esiste una forte correlazione tra i disturbi oculari e i problemi dell'aria all'interno dell'edificio: un sistema di ventilazione non adeguato favorisce l'accumulo di sostanze inquinanti, sia esterne (smog, prodotti di combustione), sia interne (residui di moquette o lana, legno, carta da parati, pesticidi, fotocopiatrici, stampanti e prodotti per l'igiene, inquinanti biologici come virus o batteri, muffe), che sommati a umidità, temperatura e illuminazione inadeguati, sono responsabili dei sintomi descritti.

Alcuni studi condotti su uffici e altri edifici a uso pubblico in diversi paesi hanno rivelato una frequenza di disturbi tra gli occupanti compresa tra il 15 e il 50%. Nella SBS l'eziologia è ancora sconosciuta, probabilmente multifattoriale e variabile da caso a caso.

La percentuale di umidità è importante: deve essere tra il 35% e il 45% per evitare disturbi. I luoghi al chiuso hanno generalmente un basso tasso di umidità, infatti l'uso diffuso di apparecchi di raffrescamento o di riscaldamento ad aria induce una riduzione dell'umidità dell'ambiente e favorisce l'aumento dell'evaporazione del film lacrimale.

L'uso in maniera continuativa di videoterminali è una causa frequente di occhio secco.

La luce artificiale stressa gli occhi e provoca maggiore affaticamento visivo rispetto al lavoro eseguito in ambienti illuminati naturalmente.

Infine, il fumo passivo della pausa-sigaretta coi colleghi provoca una diminuzione della densità delle cellule calciformi deputate alla formazione di mucine (componenti dello strato mucoso del film lacrimale).

Il film lacrimale è in grado di cambiare le sue caratteristiche in modo da adattarsi alle condizioni dell'organismo e anche alle condizioni dell'ambiente esterno. In alcune condizioni ambientali però la lacrima non riesce nel suo intento di adattamento, il film lacrimale viene alterato significativamente e la protezione della superficie oculare viene meno.

Per un rapido comfort, può essere utile l'utilizzo regolare di un collirio idratante e lubrificante, per migliorare la sintomatologia e ripristinare l'equilibrio della superficie oculare, combinando l'azione del trealosio e quella dell'acido ialuronico.