



Commissione Difesa Vista

**AGOSTO, CALDO TORRIDO E SOLE A PICCO  
ATTENZIONE AGLI OCCHI DEI PIU' PICCOLI**

**Il 66,8% dei bambini dai 4 ai 10 anni non porta gli occhiali da sole.  
Stare sotto l'ombrellone non è sufficiente per proteggersi**

In questo periodo dell'anno è necessario prendere le giuste precauzioni: per chi si trova al mare, infatti, è utile sapere che l'ombrellone non filtra tutte le radiazioni Uv, come dimostra una recente ricerca dell'IBIMET del CNR, promossa dalla Commissione Difesa Vista. Dallo studio sull'efficienza di un ombrellone da spiaggia nel ridurre la radiazione incidente è emerso come questo blocchi circa il 90% della radiazione incidente su una superficie orizzontale sottostante; tuttavia, nel caso di superfici verticali, tale efficienza può scendere fino al 40% e pertanto anche in condizioni di ombra, soprattutto per particolari angoli solari e caratteristiche del suolo si possono raggiungere valori di radiazione UV pericolosi per la salute. Sole sicuro anche per i più piccoli? La ricetta vincente è un mix di prevenzione e attenzione: cappello, occhiali da sole e crema protettiva, per non correre inutili rischi.

Gli occhi, dunque, vanno protetti fin dall'infanzia. E' questo il monito della Commissione Difesa Vista, da oltre trent'anni impegnata sul fronte della sensibilizzazione con l'obiettivo di informare in maniera corretta e puntuale su argomenti legati alla salute della vista. Quest'anno ha messo in primo piano proprio la salute oculare dei bimbi, spesso trascurata come dimostrano recenti ricerche. Pochi quelli che usano occhiali da sole. Molte mamme pensano a proteggere la pelle dei loro figli con creme apposite (un'abitudine per altro importantissima), ma tralasciano gli occhiali da sole, senza sapere che un occhio non protetto da piccoli, può causare disturbi, anche molto seri, da adulti. "Le radiazioni solari infatti – afferma Flavio Paratore, medico oculista del Dipartimento di Oftalmologia e Scienza della Visione dell'Ospedale San Raffaele di Milano e consulente Commissione Difesa Vista – sono responsabili del precoce invecchiamento del nostro organismo, sia della pelle sia degli occhi: danneggiano progressivamente il cristallino, aumentando il rischio di cataratta, provocano danni anche alla retina e sono una concausa della degenerazione maculare".

E non solo. "I danni da raggi UV sono danni a lungo termine – spiega ancora la Professoressa Maria Antonietta Blasi, Clinica Oculista Università de L'Aquila e consulente CDV - ovvero il risultato di effetti dannosi che si sono accumulati nel tempo. Molte patologie oculari sono causate da danni subiti fin da piccoli. La cataratta ad esempio, giusto per citarne uno: nella maggior parte dei casi si tratta del risultato di un danno subito prima dei 30 anni".