



Commissione Difesa Vista

ESTATE 2009 ALL'INSEGNA DELLA SALUTE!

LA RICETTA GIUSTA? OCCHIALI DA SOLE CERTIFICATI E DI QUALITA'

Difendono dai raggi Uv e proteggono gli occhi da malattie degenerative come cataratta e maculopatie

E salvano anche il contorno occhi, da allergie e rughe precoci!

Milano, 1 Luglio 2009 – Il 40 % degli italiani è poco attento alla salute degli occhi. E' quanto emerge da una recente ricerca voluta dalla **Commissione Difesa Vista e realizzata da C.R.A. Customized Research & Analysis**. Un'indagine accurata su prevenzione, controllo e correzione della vista effettuata su un campione rappresentativo della popolazione italiana. Così scopriamo che **solo il 60% degli italiani utilizza gli occhiali da sole: circa 35 milioni di individui**, ma solo per il **52% sono "indispensabili per proteggere gli occhi dai danni che può causare il sole"**.

L'obiettivo della Commissione Difesa Vista, organismo nato nel 1972 con l'obiettivo di informare in maniera corretta e puntuale su argomenti legati alla salute del bene vista, è proprio quello di convincere anche **l'altro 40 % del campione** dell'importanza dell'occhiale da sole, che il loro uso non va vissuto come un semplice vezzo, modaiolo e prettamente estivo, ma come un atteggiamento salutare e protettivo, una ricetta di benessere per la nostra salute oculare, valida tutto l'anno e importante tanto quanto le creme solari per proteggerci dai raggi UV!

*«L'esposizione, prolungata o impropria, dei nostri occhi a una luce troppo forte, soprattutto ai raggi ultravioletti, può portare all'infiammazione della cornea e essere anche una concausa di malattie degenerative come la **cataratta e le maculopatie**»,* afferma Francesco Loperfido, Responsabile del servizio di Oftalmologia generale presso l'Unità Operativa di Oftalmologia e Scienze della Visione dell'Ospedale San Raffaele di Milano e consulente della Commissione Difesa Vista, *«Il sole quindi può procurare danni agli occhi, esattamente come avviene per la pelle».*

La luce del sole che fa tanto bene all'umore va quindi "dosata" per il bene dei nostri occhi. L'attenzione aumenta in estate perché l'effetto è più evidente, ma è bene sapere che i raggi UV sono presenti tutto l'anno. La parte più dannosa della radiazione sono i cosiddetti "fotoni ad alta energia". Quelli ultravioletti sono una minaccia per le parti più superficiali del nostro occhio - cornea, congiuntiva e cristallino - mentre quelli visibili "violetti e blu" insieme con gli "UVA" non completamente assorbiti dalle strutture anteriori, possono essere nocivi anche per la retina. Le strutture oculari maggiormente interessate dall'azione delle radiazioni a corta lunghezza d'onda sono il cristallino e la retina e in particolare la retina centrale.

Congiuntiviti e cheratiti sono le reazioni immediate e più evidenti, ma non proteggere gli occhi con occhiali di qualità, certificati in base alle direttive CE, può anche causare dei danni a lungo termine e favorire malattie ben più gravi come **la cataratta e la degenerazione maculare**. E non bisogna pensare assolutamente che sia "una questione per gente adulta e anziana". Tutt'altro.

«L'impiego di occhiali da sole protettivi, dovrebbe iniziare in giovane età e continuare per tutta la vita», ammonisce il Dottor Loperfido. «In questo modo si ridurrebbe al minimo l'esposizione alle radiazioni solari (soprattutto ultraviolette e violette/blu), rallentando l'invecchiamento dei tessuti oculari e ritardando l'insorgenza delle malattie. Posticipando l'insorgenza dei disturbi si eliminerebbero praticamente la cataratta e la degenerazione maculare, come cause rilevanti di difetti della vista», osserva il dottor Loperfido.

Proteggere gli occhi deve essere una priorità per tutti e per tutte le età. Ancor di più per i bambini. *«L'azione dei raggi Uv sugli occhi dei bambini così sensibili possono provocare disturbi immediati, come le cheratiti, per esempio, cheratiti, che potrebbero predisporre gli occhi alla cataratta e a altre alterazioni della retina», spiega Loperfido.* Nella valigia per l'estate 2009 - ma anche durante tutti i dodici mesi (soprattutto in montagna o se si praticano attività sportive, nonché alla guida) - è indispensabile quindi, accanto a un buon libro e a una crema solare, mettere un paio di occhiali da sole di qualità per tutti i membri della famiglia anche i più piccoli. La fase successiva è una scelta consapevole dell'occhiale da sole.

«Se abbiamo malauguratamente acquistato un paio di occhiali su una bancarella credendo di risolvere il problema, è meglio non utilizzarli», afferma Vittorio Tabacchi, presidente di Commissione Difesa Vista. «Invece di proteggerci dalle radiazioni, potrebbero infatti causarci altri problemi come allergie al naso, agli zigomi e al padiglione auricolare. Per questo il mio consiglio è quello di indossare un paio di occhiali da sole di qualità, costruiti con materiali anallergici, che rispettano tutti gli standard in materia di tutela della salute».

L'occhiale non certificato, quindi oltre ad avere una lente scandente che non protegge i nostri occhi, potrebbe anche provocare delle allergie alla pelle.

«Diverse sostanze presenti in lenti e montature d'occhiali sono potenzialmente allergizzanti», spiega la Dottoressa Claudia Pazzini, Dermatologa presso l'U.O. di Dermatologia e Cosmetologia dell'Ospedale San Raffaele di Milano, «In particolare il nichel, contenuto in montature metalliche, è uno dei principali allergeni, responsabile di dermatiti eczematose da contatto. Un fattore importante nello sviluppo di tali allergie è il rilascio di tale sostanza sulla pelle in seguito all'usura del materiale».

Inoltre la pelle intorno agli occhi è molto delicata e sensibile e l'occhiale da sole la protegge dai danni da raggi UV. *«Gli UVB possono provocare eritemi e arrossamenti e svolgono un ruolo anche nello sviluppo di melanomi e carcinomi cutanei. Gli UVA danneggiano gli strati più profondi della pelle e sono i principali responsabili dell'invecchiamento attinico o "photoaging" (e conseguente comparsa di rughe) e dello sviluppo di macchie scure», conclude la dottoressa Pazzini.*

Commissione Difesa Vista (CDV) è un organismo nato nel 1972 con l'obiettivo di informare in maniera corretta e puntuale su argomenti legati alla salute del bene vista. Nel corso degli anni, la Commissione, composta dai maggiori specialisti in materia, ha organizzato seminari, convegni, workshop e realizzato un gran numero di campagne pubblicitarie e informative sui temi degli occhi e della visione, oltre a ricerche su argomenti più scientifici.

Per informazioni:

Fast-Com – Ufficio Stampa Cdv

Michela Mezzolo

Tel: +39 02. 87280954

Cell. +39 340. 2146623

michela.fastcom@grupposantagostino.com