

Parola d'ordine, prevenzione

È opportuno dedicare qualche ora all'anno ai nostri occhi, un bene che non ha prezzo, ma a volte ce ne ricordiamo solo quando è troppo tardi

L'arrivo della primavera è un momento atteso da molti per il clima mite ed il risveglio della natura. L'inizio di questa stagione è un buon periodo per intraprendere un'efficace prevenzione delle malattie, i controlli possono essere svolti dopo un breve colloquio con il proprio medico curante al quale dovranno essere esposti tutti i disagi fisici ed eventuali malesseri. In base alle informazioni che avremo dato, il nostro medico sarà in grado di programmare un check-up adatto alla nostra situazione.

La medicina preventiva così come definita da Hilleboe è quella parte in cui il sanitario applica agli individui le conoscenze e le tecniche delle scienze mediche, delle scienze sociali e delle scienze del comportamento, allo scopo di prevenire l'insorgenza di malattie, traumatismi e infermità, e, quando non ci riesca, allo scopo di impedirne o di attenuare i danni che ne conseguono. L'Organizzazione mondiale della sanità (Oms) ha indicato nella prevenzione l'obiettivo principale della sanità pubblica. Da anni la **dottorssa Maria Letizia Boccia, responsabile Aimò Calabria e oculista ambulatoriale**, si dedica alla prevenzione perché crede questo sia un ottimo metodo per arginare molte malattie e ottimizzare i costi del servizio sanitario riducendo la spesa pubblica.

Quali sono gli scopi delle forme di prevenzione?

«Impediscono l'insorgenza della malattia quando ancora non si manifesta, la cosiddetta prevenzione primaria. Ma esistono anche altre due forme, la secondaria e la terziaria».

In cosa consistono?

«La prevenzione primaria - dice la dottoressa - si propone di agire nei confronti dell'ambiente e dell'uomo, essa si attua sul soggetto sano. Poi c'è quella secondaria che si identifica con la diagnosi precoce, nella fase asintomatica. Può attuarsi a livello individuale e a livello di massa attraverso screening o dépistage o medical check-up. Si attua sul soggetto malato che non sa di esserlo. Nella terziaria i termini sono la cura e riabilitazione, quindi medicina tradizionale. Lo scopo è impedire l'insorgere di un danno maggiore. Si attua sul soggetto malato che sa di esserlo».

In oftalmologia che cosa significa prevenzione?

«Vuol dire evitare la cecità e l'ipovisione. In altre parole salvaguardare quel bene prezioso che è la vista. Nella specie umana l'occhio rappresenta il principale organo di senso: l'80% delle informazioni che dall'ambiente perviene al cervello passa attraverso l'organo della vista. Purtroppo sono molte le malattie che colpiscono l'occhio sia di natura infettiva che degenerativa. Quest'ultime sono più fre-

Servizio di
Mario Tursi Prato
In collaborazione con



Dott. **Maria Letizia Boccia**
Responsabile Aimò Calabria
Oculista ambulatoriale
Unità operativa
Praia a Mare (Cs)



quenti nei paesi industrializzati».

Dottorssa è possibile prevenire le malattie degenerative soprattutto quelle legate all'invecchiamento?

«È utile fare una premessa: una patologia diffusa in una determinata area geografica risulta essere rara in un'altra. Ciò vuol dire che la distribuzione della malattia dipende dalle condizioni ambientali, sociali ed economiche e riflette lo stile di vita della popolazione.

Ne consegue, almeno sul piano teorico, che si può prevenire la quasi totalità delle malattie. Invece, purtroppo, non sempre riusciamo a prevenire le malattie degenerative.

Qualche volta è possibile bloccare il loro decorso. Altre volte siamo completamente impotenti. In questi casi importante è la tempestività.

Questo è il principio fondamentale della prevenzione».

Le patologie oculari che causano cecità interessano tutte le età?

«Sì. Anche se il rischio maggiore è per l'anziano».

Quali sono le più diffuse?

«Le più frequenti sono le degenerazioni maculari; la miopia degenerativa; la retinopatia diabetica; il glaucoma cronico semplice; le degenerazioni tapeto-retiniche; il distacco della retina; i

traumi.

È utile però non trascurare un dato molto importante: nel 40% dei casi queste malattie, causa di ipovisione, si possono prevenire. Bisogna periodicamente sottoporsi a visite oculistiche».

Per una corretta prevenzione delle malattie oculari, quando è opportuno sottoporsi a visita oculistica?

«Se il soggetto è sano e non si tratta di individuo a rischio per malattie oculari particolari è opportuno farsi visitare alla nascita, per escludere malformazioni o malattie congenite. Intorno ai tre anni di vita per valutare l'armonico sviluppo morfologico e funzionale visivo.

La capacità visiva si sviluppa infatti, fino ai 5/6 anni di vita e quello che noi impariamo a vedere fino al quel momento rimarrà la nostra funzione visiva da adulti. Una visita oculistica fatta quando il bambino incomincia a parlare ed è in grado di riconoscere alcuni semplici simboli come una casa o un albero ci permette di testare separatamente la funzione visiva dei due occhi e di escludere quindi la presenza di un difetto di vista bilaterale o monolaterale.

Infatti, anche se il bambino gioca, disegna e si muove normalmente è importante capire se usa tutti e due gli occhi insieme oppure se, in presenza di difetto di vista o di un'alterazione anatomica in

uno dei due occhi, ci troviamo di fronte ad un occhio pigro, ovvero un occhio non utilizzato, caratterizzato da un difetto anatomico o funzionale. Un'altra visita è prevista durante la scuola dell'obbligo, per individuare eventuali vizi di refrazione come miopia o astigmatismo.

Inoltre, bisogna ricorrere ad una visita oculistica, prima di intraprendere un'attività lavorativa per accertare l'eventuale idoneità visiva. Intorno ai quarant'anni d'età, perché è il momento in cui insorge la presbiopia, una patologia che riduce progressivamente la capacità di mettere a fuoco per vicino con la conseguenza di dovere indossare un paio di occhiali per poter leggere.

A quest'età è necessario un controllo oculistico completo che verifichi la pressione dell'occhio. Intorno ai 50/60 anni, in questo caso è l'oculista che valuta caso per caso la periodicità dei controlli. Queste le informazioni dell'Agenzia internazionale per la prevenzione della cecità-sezione italiana».

In ultima analisi, che cosa consiglia?

«È bene comunque dedicare qualche ora all'anno ai nostri occhi un bene che non ha prezzo ma a volte ce ne ricordiamo solo quando è troppo tardi.

Non aspettiamo di fare autodiagnosi, lasciamola fare allo specialista oculista».