



*Gli oculisti: "I ragazzi preferiscono la libertà virtuale a quella fisica. In miopia patologica per ogni diottria in più, rischio 47% di sviluppare malattie della retina"*



Roma, 18 novembre 2023 - La miopia è un difetto della vista che provoca la visione sfocata degli oggetti lontani, mentre la visione da vicino è nitida o, comunque, buona. È causata dalla messa a fuoco dei raggi luminosi provenienti da oggetti distanti non sulla retina, come avviene nell'occhio normale, ma davanti ad essa, rendendo confusa la visione da lontano.

La miopia, che appartiene al gruppo delle ametropie (anomalie della rifrazione dell'occhio), insieme ad astigmatismo e ipermetropia, è il difetto visivo più comune: nel mondo occidentale colpisce circa il 30% della popolazione, mentre in Asia supera l'80%. Generalmente si manifesta in età scolare e tende ad aumentare nel periodo dello sviluppo fino a stabilizzarsi dopo i 20-25 anni di età. E oggi, fanno sapere gli esperti, nel nostro Paese il numero di bambini con miopie basse sta aumentando in modo esponenziale.

Se n'è discusso ieri a Roma in occasione del 14esimo Congresso Nazionale degli Oculisti AIMO, in programma fino a domani presso il Palazzo dei Congressi dell'Eur. Presidenti del simposio, dal titolo "Le età della miopia", il prof. Giovanni Alessio, direttore del Dipartimento di Oculistica presso il Policlinico di Bari, e il prof. Francesco Boscia, della Clinica Oculistica dell'Università di Bari.



*Prof. Giovanni Alessio*

“Classicamente questa patologia viene divisa in miopia fisiologica (che può insorgere intorno alla pubertà e all'adolescenza) e miopia patologica (può invece insorgere nei bambini a partire dai 2/3 anni di età) - ha spiegato il prof. Alessio - Per miopia fisiologica si intendono lievi difetti di vista, correggibili con occhiali, lenti a contatto o interventi chirurgici oggi molto diffusi. Tale miopia sta aumentando in modo esponenziale, soprattutto tra i bambini. Da sempre è noto come nella popolazione rurale la miopia sia molto meno diffusa rispetto alla popolazione che studia e/o lavora sui computer, oppure che è perennemente connessa con cellulari o tablet; ma negli ultimi anni stiamo assistendo ad una vera e propria 'epide-miopia', quindi ad una epidemia di miopia”.

“Sono cambiati i tempi - continua Alessio - un tempo i ragazzi a 14 anni cercavano la libertà con il motorino, passando ore all'aria aperta dopo aver studiato. La miopia, allora, non era così diffusa mentre oggi i 14enni chiedono il cellulare di ultima generazione, prediligendo la libertà virtuale a quella fisica. Per cui non hanno più interesse a stare all'aria aperta, ma a rimanere connessi per ore con gli amici, guardando il telefonino sempre da vicino”.

Per la salute dell'occhio, soprattutto per bambini e ragazzi, è invece consigliabile stare "almeno due/tre ore al giorno all'aria aperta, per non passare direttamente dalla scuola ai libri a casa, al computer o al cellulare. La vista da lontano, in questo modo, non viene più tanto esercitata - ha sottolineato l'esperto - Viene invece esercitata la vista da vicino e questo comporta una modifica dell'occhio, faccio un esempio: se faccio molta ginnastica i miei muscoli si ingrandiscono, allo stesso modo, se applico continuamente la vista da vicino si crea una trasformazione dell'occhio per cui vedrò benissimo da vicino (caratteristica dei miopi) ma non più da lontano".

Ma qual è il tempo massimo consigliato di esposizione dell'occhio a device elettronici? "Per i bambini consiglieri non più di un'ora al giorno davanti al tablet, da usare a una distanza che corrisponde allo stare a braccia tese".

Quanto alla miopia patologica, ci sono dei numeri di diottrie altissimi, volgarmente chiamati 'gradi', per cui questo difetto "aumenta continuamente - ha spiegato ancora il prof. Alessio - e la deformazione che avviene dell'occhio in senso anteroposteriore produce un assottigliamento e un deterioramento sia delle strutture nervose sia di quelle esterne di contenimento. La sclera si assottiglia, dunque, e si associa sempre a delle patologie come il glaucoma o le malattie della retina".

Ma il problema, ha fatto sapere ancora l'esperto, è che "per ogni diottria di miopia in più che cresce, c'è un 47% di aumento di possibilità di malattie retiniche. Quindi è fondamentale nei bambini e nei ragazzi un trattamento continuo che serve ad evitare questa progressione della malattia. Esistono molti sistemi, tra lenti a contatto e occhiali, studiati specificatamente per cercare di stabilizzare questa miopia. Ci sono anche una serie di farmaci in sperimentazione per provare a ridurre il più possibile questa evoluzione, perché se per ogni diottria c'è un aumento del rischio di patologie retiniche, se noi evitiamo ai più giovani che aumenti di tre o quattro diottrie durante l'adolescenza, abbiamo ovviamente un bel risultato in termini di rischio di patologie specifiche legate alla miopia".

In generale, quanto ai numeri della miopia in Italia, mentre a livello mondiale esistono "moltissimi studi epidemiologici, nel nostro Paese e in Europa i dati sono quasi misteriosi. I numeri in Italia sono alti ma molto orientativi, esiste una stima che parla di 18 milioni di persone con miopia in Italia", ha concluso Alessio.