

STUDIO PEDROTTI

MALATTIE DEGLI OCCHI



LENTI DA SOLE E OCCHI DELICATI

Via Mazzini, 11 Vicenza 36100

Tel. 0444 541000

mail: info@studiopedrotti.it

sito: www.studiopedrotti.it



LENTI DA SOLE E OCCHI DELICATI

In caso di luce intensa (giornata assolata) l'occhio mette in atto alcuni meccanismi di difesa come l'ammiccamento delle palpebre, il restringimento della pupilla (miosi), la modifica dei pigmenti della retina. Tuttavia, se l'esposizione è prolungata, l'occhio può andare in contro a danni più o meno gravi (congiuntivite, cheratite, cataratta, degenerazione maculare) che possono e devono essere evitati con l'uso degli occhiali da sole.

Spesso si parla dei guai causati alla pelle dall'eccessiva esposizione solare, meno di quelli alla vista e questo è un po' un paradosso in quanto è universalmente riconosciuto che il nostro organo visivo è particolarmente fotosensibile ed intollerante alla luce. Molti studi hanno messo in evidenza una stretta correlazione fra colore dell'iride, colore dei capelli e le maculopatie degenerative senili.

Da anni la letteratura su soggetti affetti da degenerazione senile maculare, ha evidenziato inoltre nel 70% dei pazienti affetti da maculopatia un'iride chiara e capelli chiari. Queste percentuali, evidenziano una correlazione statisticamente molto rilevante tra prevalenza della degenerazione maculare e colore dell'iride (più è chiara meno protegge).

Rallentare l'invecchiamento dell'occhio proteggendolo adeguatamente dalle radiazioni UV e blu può sicuramente ritardare l'insorgenza di alcune temibili malattie oculari.

Spesso quando ci si trova ad acquistare un occhiale da sole, si guarda più all'esteriorità, all'abbinamento con un vestito, alla marca nota, al colore o alla montatura. Purtroppo non si dedica invece abbastanza attenzione al tipo e alla qualità delle lenti.

È bene tenere presente che l'uso degli occhiali da sole non è assolutamente un fatto di moda, ma una necessità indispensabile per difendere gli occhi dagli effetti dannosi delle radiazioni solari.

Fondamentali sono le caratteristiche che devono avere sia le lenti che la montatura, perché gli occhiali da sole possono addirittura diventare pericolosi se non filtrano adeguatamente le radiazioni più dannose, vale a dire le radiazioni UVA, UVB e la luce blu-viola ad alta energia.

È importante scegliere gli occhiali giusti e con le caratteristiche adeguate. Occorre saper leggere le informazioni riportate sulle etichette degli occhiali, spesso espresse in codici e non sempre di facile interpretazione.

Grado di protezione delle lenti (filtro)

L'assorbimento è il rapporto tra la quantità di luce che colpisce la lente e quella che dopo aver attraversato la lente stessa giunge all'occhio. Quanto più l'ambiente è luminoso tanto più alta dovrà essere la capacità di assorbimento della luce da parte della lente (in montagna 90%, al mare 70-80%).

La sigla "Assorbimento UV" indica la percentuale di schermatura della lente nei confronti dei raggi UVA e UVB, la scritta UV 400-100 corrisponde ad una schermatura oltre il 99%.

La normativa classifica le lenti in base al loro potere di protezione, suddividendole in quattro categorie.

CATEGORIA	TIPO DILENTE	% LUCE TRASMESSA	UTILIZZO
0	lente minimamente oscurata (filtro trasparente)	90%	casa, cielo coperto
1	lente leggermente oscurata (filtro quasi trasparente)	50-80%	poco sole
2	lente mediamente oscurata (filtro medio)	15-40%	luce solare media
3	lente scura (filtro scuro)	7-15%	sole intenso
4	lente scurissima (filtro molto scuro)	3-5%	sole molto intenso (alta montagna mare)

Il numero di categoria della lente cioè indica la capacità dell'occhiale di filtrare la luce.

0 è una lente molto chiara che lascia passare quasi tutta la luce

1 è una lente che trattiene dal 40 all' 80% dei raggi solari (è un occhiale a valenza essenzialmente estetica)

2-3 la maggior parte degli occhiali da sole con buon potere di assorbimento rientra in queste categorie.

4 ha un potere filtrante pressoché totale ed è indicata specie nei ghiacciai.

Gli occhiali dovrebbero essere sempre scelti in base all'intensità della luce dell'ambiente che ci circonda e in base alla sensibilità luminosa dei propri occhi. In giornate di sole la categoria 3 è quella più adatta, per la guida è sconsigliabile indossare occhiali di categoria 4 perché molto scuri. E' bene sottolineare che la categoria identifica la potenza del filtro e che il grado di protezione è indipendente dal colore della lente.

Tipo di lenti

Una valida soluzione protettiva adatta a tutte le condizioni luminose può essere costituita dall'uso di **lenti fotocromatiche**. Queste lenti hanno la caratteristica di diventare più scure quando la luce è intensa, viceversa si schiariscono quando la luminosità diminuisce. Tale proprietà è dovuta alla combinazione di specifiche molecole fotosensibili presenti sulla superficie anteriore delle lenti.

L'esposizione alla luce solare UV trasforma rapidamente queste molecole in particelle che assorbono la luce, producendo l'effetto di oscuramento della lente. Se però ritorniamo in un ambiente dove non c'è luce ultravioletta, le molecole e le lenti tornano alla trasparenza originaria.

Le caratteristiche più importanti, in base alle quali si devono scegliere le moderne lenti fotocromatiche sono la velocità, la protezione e il colore. Un tempo un limite di queste lenti era che al rientro in casa occorreva un certo lasso di tempo prima che si schiarissero. Attualmente le lenti fotocromatiche hanno acquisito una velocità di virare dal chiaro allo scuro e viceversa ottimale e impensabile a fino a qualche anno fa. Altresì la loro capacità protettiva dall'eccessiva luminosità è molto aumentata negli anni pure alla guida, anche se bisogna ammettere che il parabrezza e i finestrini della vettura essendo già schermati per i raggi ultravioletti un po' limitano l'oscuramento della lente e quindi ne riducono l'efficacia.

Lenti molto valide specie per gli occhi delicati sono **le lenti polarizzate**. Tali lenti annullano il fastidio dei riflessi in quanto oltre a ridurre la quantità complessiva di luce che le attraversa, permettono la trasmissione solo delle radiazioni sul piano verticale.

Sono ottime quindi per eliminare quel fenomeno chiamato riverbero causa di diminuzione visiva e irritazione oculare che si verifica quando le radiazioni sono riflesse da superfici orizzontali (lago, mare, asfalto, neve) migliorando così la qualità dell'immagine. La riduzione appunto di questo tipo di abbagliamento permette un più ottimale comfort visivo.

Ultimo ritrovato della tecnologia sono **le lenti alla melanina**. La melanina sintetica viene incorporata nella lente permettendo un'ottimale assorbimento delle radiazioni nocive. Le lenti alla melanina garantiscono una percezione dei colori più vicina a quella reale e di conseguenza una visione più nitida e riposante.

Le **lenti degradanti** (un tempo più utilizzate) hanno una trasmissione della luminosità che varia lungo la lente. Più esattamente la parte superiore blocca gran parte delle radiazioni solari, mentre quella inferiore è più trasparente. Per queste caratteristiche è indicata nella guida.

Utili infine in certe situazioni estreme sono le **lenti a specchio** che proteggendo da una luminosità particolarmente intensa trovano applicazione in alta montagna o in barca in pieno sole.

Colore delle lenti

Il colore è ininfluenza rispetto al potere filtrante della lente (grado di protezione)

Per quel che riguarda la colorazione delle lenti i colori più utilizzati, perchè più riposanti, sono il verde, il marrone e il grigio. Di fatto però si può dire che esiste il giusto colore per ogni occhio.

Il marrone è un colore caldo che rilassa la visione e rinforza piacevolmente i contrasti. È indicato in chi porta già gli occhiali per miopia. Il grigio ha una tonalità fredda che non altera i colori ed ha quindi un effetto neutro ed equilibrante. Il limite è che ci da una percezione uniforme e monotona dell'ambiente. Il verde rinforza leggermente i contrasti e ha un effetto benefico e riposante. È indicato soprattutto in chi porta già occhiali per ipermetropia ed astigmatismo. Il giallo è indicato solo in particolari situazioni quali la nebbia o in presenza di neve cadente (sciatori).

Infine è bene sottolineare che anche coloro i quali hanno un difetto della vista possono beneficiare degli effetti degli occhiali da sole trattando con opportuni procedimenti di colorazione le lenti da vista o adottando lenti fotocromatiche o lenti polarizzate. Questi occhiali (cosiddetti vista-sole) oltre a proteggere dalla luce intensa e a difendere gli occhi degli effetti dannosi delle radiazioni solari, hanno la proprietà di correggere qualsiasi difetto visivo.

Testo redatto dallo Studio Pedrotti