

STUDIO PEDROTTI

MALATTIE DEGLI OCCHI



***OCCHIALI DA VISTA E DA SOLE
PER LA GUIDA***

Via Mazzini, 11 Vicenza 36100

Tel. 0444 541000

mail: info@studiopedrotti.it

sito: www.studiopedrotti.it



OCCHIALI DA VISTA E DA SOLE PER LA GUIDA

Regola base è che se il guidatore ha problemi visivi deve assolutamente indossare occhiali, in alternativa può usare lenti a contatto. Quando sulla patente è scritto “guida con lenti” è obbligatorio indossarli, il buon senso poi impone di usarli se, essendo magari passati anni dall’ultimo rinnovo, è stato nel frattempo riscontrato un difetto visivo con prescrizione di lenti per la visione da lontano.

È bene sapere che una delle più frequenti cause che determinano affaticamento visivo e pesantezza oculare è proprio la presenza di difetti visivi non adeguatamente corretti, anche quando coinvolgono un unico occhio. Solo una buona visione in entrambi gli occhi (visione binoculare) infatti permette al guidatore di cogliere prontamente ogni possibile problema di viabilità o di traffico e di valutare correttamente le distanze, senza contare che in auto talvolta un occhio, specialmente durante certe manovre, può essere in parte ostacolato e/o limitato nel suo campo visivo.

Per chi guida le lenti a contatto rispetto all’occhiale hanno il vantaggio che permettono un campo di visione più ampio, però sicuramente affaticano e disturbano (“stressano”) di più l’occhio soprattutto se vengono utilizzate per molte ore. La grande indicazione per l’uso delle lenti a contatto nel guidatore è nella correzione della miopia specie se elevata ed in particolare per la guida notturna dove consentono una visione molto migliore rispetto all’occhiale.

Fondamentale è che gli occhiali abbiano la giusta correzione diottrica, che siano ben centrati davanti agli occhi (soprattutto se si tratta di occhiali progressivi), che abbiano lenti di buona qualità, pulite e non rigate (consigliabile riporli sempre nella custodia porta lenti e avere a portata un panno adatto alla pulizia).

Nella guida diurna con foschia, pioggia intensa o nebbia è consigliabile che le lenti da vista abbiano un trattamento antiriflesso. Tale trattamento oltre ad aumentare la capacità di percezione, di giorno riduce significativamente i riflessi luminosi della luce solare e nella guida notturna i riflessi dei fari delle vetture.

Nella guida notturna le lenti da vista più consigliabili sono appunto le lenti trasparenti bianche con trattamento antiriflesso.

Altra opzione alla guida per chi è portatore di occhiali da vista sono le lenti fotocromatiche. Si tratta di lenti che hanno la caratteristica di diventare più scure quando la luce è intensa, viceversa si schiariscono quando la luminosità diminuisce. Il cambiamento di colorazione avviene grazie ad una reazione chimica reversibile di specifiche molecole fotosensibili presenti sulla superficie anteriore delle lenti. La fotosensibilità di queste lenti è maggiore al freddo, minore al caldo. Tali lenti hanno un'ottima indicazione nell'uso quotidiano, un limite però è che in macchina funzionano meno in quanto il parabrezza e i finestrini della vettura, essendo già schermati per i raggi ultravioletti, limitano l'oscuramento della lente e quindi ne riducono l'efficacia. Recentemente sono apparse sul mercato una nuova generazione di lenti fotocromatiche che hanno una velocità di virare dal chiaro allo scuro e viceversa impensabile fino a pochi anni e che pure possiedono una discreta fotosensibilità anche in auto.

Se si viaggia su percorsi dove ci sono molte gallerie può essere consigliabile appunto usare lenti fotocromatiche che si adattino velocemente alle variazioni di luce, o utilizzare sopralenti (clip-on da

sole) applicabili sugli occhiali da vista bianchi e che possono essere facilmente rimosse quando si entra nei tunnel. Sono economiche, molto pratiche in quanto possono anche essere ribaltabili sulla montatura dell'occhiale da vista.

Nella guida diurna con intensa luminosità molto utili anche per quei guidatori che non portano occhiali da vista sono le lenti da sole. Importante è che siano di buona qualità e con certificato C.E. L'uso degli occhiali da sole oltre che a riposare la vista è sempre consigliabile per una adeguata protezione degli occhi dagli effetti dannosi della radiazioni solari.

L'asfalto stradale aumenta infatti sensibilmente il riverbero dei raggi UVA e UVB, affaticando la vista specie se la luce è intensa e l'esposizione molto prolungata come nei viaggi lunghi. Gli occhiali da sole oltre a ridurre l'abbagliamento solare, devono anche assicurare un assorbimento del 100% delle radiazioni nocive per gli occhi. La normativa europea classifica le lenti da sole in base al loro potere di protezione suddividendole in 4 categorie. Il numero di categoria della lente indica la sua minore o maggiore capacità di filtrare la luce. Gli occhiali da sole più consigliabili alla guida devono essere di categoria 2 o 3 per essere certi che abbiano un buon filtro di assorbimento. Il grado di protezione per gli occhi dalle radiazioni nocive dipende solo dalla categoria ed è indipendente dalla colorazione della lente. Gli occhiali da sole dovrebbero essere sempre scelti in base all'intensità della luce dell'ambiente dove siamo e in base alla sensibilità luminosa (fotosensibilità) dei propri occhi. Su percorsi con gallerie l'uso di una lente da sole con attenuazione della luce blu permette una discreta visione anche all'interno del tunnel perché accentua il contrasto.

Nel caso di luminosità molto intensa consigliabili per una guida più sicura sono particolari occhiali da sole, quelli con lenti polarizzate.

L'azione di tali lenti è legata al fatto che la lente polarizzata trasmette solo le radiazioni verticali e non quelle riflesse da superfici orizzontali come è il caso dell'asfalto stradale, specie se surriscaldato. Tali lenti annullano il fastidio dei riflessi in quanto oltre a ridurre la quantità complessiva di luce che le attraversa, eliminano quel fenomeno chiamato riverbero causa di disturbo visivo e irritazione oculare che si verifica quando le radiazioni sono riflesse da superfici orizzontali come mare, neve e asfalto. Il vantaggio delle lenti polarizzate è sia che riducono l'abbagliamento permettendo un più ottimale comfort visivo, sia che aumentano la saturazione dei colori performando la percezione visiva.

Molte automobili sono comunque già dotate di parabrezza polarizzato, schermato in modo da ridurre l'irraggiamento solare nell'abitacolo ed attenuare tutti quei riflessi così noiosi per la guida.

Altre lenti (sia con potenza diottrica per chi ha problemi di vista sia senza potenza diottrica per chi ha buona vista) che possono essere utilizzate alla guida sono le lenti con colorazione degradante. Tali lenti presentano una decrescente schermatura dall'alto al basso, grazie al fatto che la parte superiore è più scura e quella inferiore più chiara. Sono adatte al guidatore perché consentono una notevole protezione dalla luce solare ed una buona visibilità della strada, altresì consentono una ottimale visibilità del cruscotto, dove la luminosità è minore.

Gli occhiali da vista del guidatore oltre che bianchi trasparenti, possono essere anche da sole (chiamati sole vista).

Nei soggetti che non necessitano di occhiali da vista, in condizioni di forte luminosità, l'uso di un semplice occhiale da sole alla guida permette, come già accennato, una visione più confortevole e meno affaticante. Parimenti anche per chi guida ed ha problemi visivi sono molto indicati occhiali che riparino dalla luce intensa: i cosiddetti sole-vista. In questo caso il colore della lente, a parte le valutazioni estetiche personali, andrebbe individuato in base al tipo di difetto visivo da correggere e all'ambiente di utilizzo.

Una colorazione grigia della lente può essere valida per la maggior parte degli occhiali correttivi dei difetti visivi ed è adatta a qualsiasi condizione di luce. Riduce l'intensità luminosa senza alterare la visione naturale dei colori e senza influire sul contrasto. Il limite è che il grigio trasmette una percezione uniforme e monotona dell'ambiente.

Una colorazione marrone è particolarmente indicata negli occhiali sole-vista dei miopi. È adatta a qualsiasi condizione di luce, rilassa l'occhio e migliora la visione accentuando il contrasto cromatico.

Una colorazione verde è molto indicata negli occhiali sole-vista degli ipermetropi e astigmatici. Va bene per condizioni di luce intensa e diurna, ha un effetto benefico sulla visione ed accentua il contrasto cromatico.

La colorazione gialla è indicata negli occhiali solo quando si deve guidare in condizioni di scarsa visibilità come nebbia, foschia, crepuscolo.

È bene sottolineare che negli occhiali sole-vista o negli occhiali sole senza vista, le lenti a tinte sfumate o quelle con tonalità come il rosa o l'azzurro, non proteggono sufficientemente il guidatore dalla luce solare durante la guida ed hanno una finalità esclusivamente estetica.

In caso di maculopatia dell'anziano o alterazioni retiniche in generale (diabete, retinite pigmentosa, alterazioni dell'epitelio pigmentato retinico) è consigliabile utilizzare alla guida lenti filtranti medicali di colore arancione. Assorbono, oltre che gli UV, anche la componente viola-blu della luce visibile. I fotorecettori sensibili a questa zona dello spettro vengono deliberatamente foto-esposti: il contrasto, tra i fotorecettori più esposti e quelli meno esposti, viene conseguentemente incrementato consentendo così una visione migliore.

Occhio ed airbag sono ritenuti un mix potenzialmente a rischio per gli effetti che l'apertura di quest'ultimo può provocare agli occhi dell'automobilista qualora indossi occhiali da vista o occhiali da sole.

Molte riviste automobilistiche hanno più volte lanciato allarmi secondo i quali guidare un'auto portando occhiali con lenti in vetro può essere pericoloso perché, in caso di attivazione dell'airbag, l'impatto con il cuscino potrebbe romperli, con temibili conseguenze per gli occhi. È un dato che oltre il 70% delle persone alla guida di un veicolo porta occhiali, da sole o da vista. Nelle loro indagini i ricercatori hanno posizionato sul naso di gomma del dummy, il manichino utilizzato per i crash test, un paio di occhiali a montatura chiusa prima di lanciarlo a tutta velocità contro un ostacolo fisso, ottenendo informazioni molto utili. È stato accertato che gli occhiali quasi mai si rompono nello schiacciamento tra airbag e viso, l'effetto reale è quello di una vera e propria schermatura protettiva per l'occhio, protezione però che diminuisce in caso di utilizzo di occhiali a montatura aperta.

Le indicazioni pratiche per l'automobilista desunte da tali test sono:

- usare preferibilmente occhiali a montatura intera monopezzo, specie quelli che non hanno parti metalliche (come nasello, ponte e cerniere)
- usare lenti in plastica
- adottare una posizione di guida che permetta di mantenere una distanza di sicurezza dalla corona dello sterzo di almeno 45 centimetri.

Testo redatto dallo Studio Pedrotti