

2020 - Medicina scolastica

Occhio alla vista dei bambini: conoscere, osservare, agire



**I bambini, anche se non vedono bene, raramente se ne accorgono o se ne lamentano. Un difetto della vista può passare facilmente inosservato.
A cosa può prestare attenzione un adulto?**

CONOSCERE

Come vede un bambino?

Nel neonato la visione non è completamente sviluppata. Alla nascita egli ha il 5% della visione di un adulto. La vista si svilupperà progressivamente fino all'età di 7-8 anni. Nei primi mesi di vita, passa dalla capacità di fissare un oggetto alla capacità di coordinare i movimenti oculari. Inoltre impara a percepire gli oggetti in rilievo (visione tridimensionale).

È importante sapere che...

... non è vero che con la crescita i difetti della vista si risolvono sempre da soli: è necessario intervenire il prima possibile e non lasciare al caso.

... per molti difetti della vista vale la seguente regola: prima s'individuano e vengono curati, maggiore sarà la probabilità di successo.

Perché è importante che gli occhi vedano bene insieme?

Durante lo sviluppo della vista i due occhi sono in competizione tra loro. Se un occhio vede meno bene, il cervello ignora l'informazione dell'occhio meno performante, compromettendo la visione

binoculare che permette di apprezzare la profondità e le distanze tra gli oggetti.

Che cos'è l'ambliopia?

L'ambliopia (o occhio pigro) è una malattia degli occhi che interessa fino al 5% dei bambini nei primi anni di vita.

L'ambliopia si sviluppa quando il bambino "non usa" un occhio. Ogni occhio manda al cervello un'immagine. Se arrivano due immagini molto diverse tra loro, il cervello non riesce a sovrapporle e sopprime quella qualitativamente peggiore, utilizzando unicamente l'occhio da cui proviene l'immagine migliore.

I difetti visivi (strabismo, ipermetropia, astigmatismo, miopia ecc.) se non sono corretti tempestivamente possono portare all'ambliopia.

L'ambliopia, che in certi casi può toccare entrambi gli occhi, si manifesta con una ridotta capacità visiva. Riconosciuta in tempo, può essere curata con successo.



OSSERVARE

Indipendentemente dall'età del bambino, se osservate uno dei seguenti segni parlatene con il pediatra o con il medico oculista.

Come sono gli occhi del bambino?

- Non sono allineati, a tratti strabici o si muovono in continuazione.
- In una foto con il flash una pupilla appare con un riflesso rosso, l'altra con un riflesso bianco.
- Lacrimano o sono arrossati frequentemente.
- Le palpebre sono gonfie o ricoperte da piccole croste.
- Le pupille sono di grandezza diversa.

Come si comporta il bambino?

- Non fissa il volto dei genitori, non segue gli oggetti in movimento.
- Adotta una posizione anomala della testa.
- Chiude o si copre un occhio.
- Strofinava, strizza e sbatte spesso le palpebre.
- È infastidito dalla luce.
- Tiene gli oggetti molto vicino agli occhi o si avvicina molto per vedere la televisione.
- Ha un comportamento impacciato, urta le cose, rovescia i bicchieri,...

Che cosa dice il bambino?

- Mi prudono, mi bruciano gli occhi.
- Non vedo bene, vedo sfocato, vedo doppio.
- Ho mal di testa, la testa mi gira.

AGIRE

Informare

Informate il pediatra se in famiglia vi sono problemi alla vista perché il bambino avrà una maggiore probabilità di soffrirne a sua volta. Se in famiglia vi sono problemi gravi alla vista è raccomandato un controllo già durante i primi anni di vita.

Osservare

Informate sempre il pediatra se osservate una situazione che vi sembra anomala o avete dei dubbi.

Proteggere dal sole

Gli occhi dei bambini lasciano passare una maggiore quantità di luce solare fino alla retina. Molto sensibili, gli occhi dei bambini dovrebbero essere protetti con occhiali da sole contrassegnati dal marchio CE e dal simbolo della protezione UV 100%. Utile anche l'utilizzo del cappellino con visiera che protegge la parte alta del viso.

Limitare l'uso degli schermi

TV, computer, smartphone e tablet non mancano nelle case e i bambini ne sono attratti. È difficile che da soli riescano a limitare il tempo davanti agli schermi. Dare delle regole, invitare e aiutare i bambini a differenziare le loro attività nell'arco della giornata, favorire il movimento all'aperto e in compagnia sono elementi importanti per una crescita armoniosa a livello fisico, psichico e sociale.

E SE C'È BISOGNO DI UNA CURA?

Avere costanza e sostenere

Se è necessaria una correzione con occhiali, l'occlusione di un occhio o una terapia ortottica, seguite con costanza quanto proposto dal medico. Questi trattamenti possono durare a lungo ma non scoraggiatevi!

Può essere difficile spiegare al bambino l'importanza del trattamento, il bambino può sentirsi diverso e non voler portare gli occhiali. Non sono buoni motivi per non seguire il trattamento proposto. Pensate al futuro, sostenetelo, il bambino ve ne sarà grato!

Scegliere l'occhiale giusto

Scegliete con il bambino una montatura comoda, con lenti sufficientemente grandi, un buon sostegno dietro le orecchie e un buon appoggio sul naso. Preferite la comodità e la sicurezza all'aspetto estetico o alla moda. Fatevi consigliare da un professionista e seguite le istruzioni che vi saranno date per una corretta pulizia e manutenzione dell'occhiale.



Che cosa fare se un occhio vede meno?

Il primo passo da fare, se indicato, è provare a correggere il difetto visivo con l'ausilio degli occhiali alla ricerca di una visione qualitativamente migliore. Per favorire il lavoro dell'occhio "pigro" potrà essere necessario coprire l'occhio che vede bene. La terapia consiste nell'applicare un cerotto ad intervalli definiti dal medico oftalmologo. In questo modo l'occhio pigro avrà la possibilità di ricominciare a lavorare.



PER APPROFONDIRE

- www.ti.ch/med
- accertamento vista e udito
- descrizione delle attività della medicina scolastica
- opuscoli e volantini informativi