

## Alcuni consigli per prevenire l'aumento della miopia

### Giusta correzione

Affidati a professionisti competenti nella scelta del modo migliore per correggere la miopia ed in caso di veloce aumento prendi in considerazione l'ortocheratologia.

### Aria aperta

E' stato dimostrato che l'attività all'aria aperta e l'esposizione alla luce solare riducono l'aumento della miopia.

### Postura corretta

E' consigliata una postura corretta durante il lavoro da vicino. La distanza corretta a cui tenere gli oggetti corrisponde circa alla lunghezza dell'avambraccio.

### Controlli

Sottoponiti a regolari controlli con il medico-oculista e con l'optometrista almeno una volta l'anno.

### Tenersi informati

Affidati solo ad informazioni basate su studi scientifici non ad opinioni personali. La vista è importante!



Da 30 anni ci occupiamo con passione di prodotti e servizi per la visione

Collaboriamo con i migliori medici oculisti del Triveneto per garantire sicurezza ai nostri clienti portatori di lenti a contatto

#### Dott. Mirko Chinellato

Optometrista Specializzato in Lenti a Contatto  
Docente di Contattologia FIAO FIACLE  
Università degli Studi di Padova / IBZ Vision Science

Non svolgiamo attività medica

Piazza de Gasperi 40  
31023 RESANA (TV)  
Tel 0423715072  
[www.otticachinellato.it](http://www.otticachinellato.it)

# PREVENZIONE DELLA MIOPIA

Soluzioni per il rallentamento della progressione miopica giovanile non patologica.



## La miopia di mio figlio continua ad aumentare. Posso fare qualcosa?

### La risposta è sì.

La miopia al giorno d'oggi è sempre più diffusa, in alcuni paesi orientali ha una prevalenza che arriva fino all'80%. Significa che 8 bambini su 10 sono miopi. Usare una correzione adeguata può aiutare a ridurre l'aumento della miopia.

### Perché la miopia è in aumento?

Non sono ancora chiari i fattori responsabili della comparsa della miopia e del suo sviluppo.

La ricerca scientifica mondiale sta lavorando per individuare gli aspetti alla base di questo meccanismo studiandone le cause e le migliori soluzioni per prevenirne lo sviluppo.

Lo stile di vita sempre più a contatto con oggetti ravvicinati ed un maggior tempo passato in ambienti chiusi rispetto al tempo all'aria aperta sembrano avere un ruolo fondamentale nell'aumento della miopia.



## Come correggere la miopia?

E' importante che la scelta del tipo di correzione sia affidata a professionisti competenti ed aggiornati (optometristi e medici oculisti) al fine di assicurare il maggior livello di prevenzione.

### Occhiali

Rappresentano il modo più diffuso per la correzione della miopia ma attenzione, il potere delle lenti deve essere scelto con estrema attenzione. La ricerca ha dimostrato che usare una lente sottocorretta (meno forte) o peggio, troppo forte non previene l'aumento della miopia, anzi sembra favorirlo. Usare un occhiale più debole per le attività prossimali può essere d'aiuto ma dev'essere prescritto in modo corretto.

### Lenti a contatto

L'uso di lenti a contatto morbide in caso di miopia giovanile può essere estremamente utile solo per un uso occasionale, ad esempio durante lo sport. Utilizzarle per tutta la giornata non previene l'aumento della miopia, anzi sembra favorirlo. Le lenti a contatto devono essere scelte con cura da optometristi e medici oculisti specializzati ed aggiornati.

### Chirurgia

La scelta di sottoporsi ad un trattamento chirurgico per la correzione della miopia dev'essere effettuata assieme al medico oculista. Non sono attualmente noti effetti di prevenzione derivati da interventi chirurgici. La somministrazione di atropina ha dimostrato essere efficace nel contenimento della miopia.

## Ortocheratologia

E' una tecnica non chirurgica che permette di correggere la miopia indossando delle particolari lenti a contatto durante la notte e rimuovendole al risveglio. Queste lenti modellano in modo controllato la superficie esterna dell'occhio garantendo una visione ad occhio nudo ottimale per tutta la giornata.

**Attualmente rappresenta il modo di correzione più efficace per prevenire l'aumento della miopia!**

Queste lenti devono essere applicate da optometristi specializzati e devono prevedere regolari controlli.

E' necessaria una stretta co-gestione tra medico oculista e optometrista per garantire la sicurezza del trattamento e ridurre il rischio di complicanze.

Gli studi scientifici internazionali hanno confermato la sicurezza dell'ortocheratologia a patto che vengano seguite le norme di igiene e manutenzione e ci si sottoponga a regolari controlli da personale qualificato.

Il **Dott. Mirko Chinellato**, optometrista specializzato in lenti a contatto, ha conseguito la *Fellowship* dell'*International Academy of Orthokeratology* (FIAO) e dell'*International Academy of Contact Lens Educator* (FIACLE).

