



www.proteggilasuavista.it

Con la partnership di
(in attesa di conferma)



*I suoi occhi vedranno
un mondo di cose.
Proteggili.*



#proteggilasuavista

Ci sono cose che vanno protette prima di averle, la vista di tuo figlio è una di quelle. Puoi prevenire eventuali disturbi seguendo alcuni accorgimenti già prima della nascita e nei suoi primi anni di vita.

*Teniamo d'occhio
la gravidanza
e i neonati*

**CONSIGLI UTILI PER UNA CORRETTA
PREVENZIONE DEI PROBLEMI VISIVI
SIN DAI PRIMI MESI DI VITA**

L'arrivo di un figlio o di una figlia è uno dei momenti più belli e intensi della vita. Spesso bastano alcuni accorgimenti per migliorarne o proteggerne la salute.

Vediamo cosa è opportuno fare affinché la sua vista venga tutelata prima e dopo la sua nascita e nei suoi primi anni di vita.

*Durante
la gestazione*

COME COMPORTARSI?

Durante la gravidanza è raccomandabile adottare una dieta varia ed equilibrata evitando l'alcol, non assumere farmaci (salvo diversa prescrizione del medico curante) e condurre una vita sana (in particolare non fumare e limitare il caffè). Sono **tre semplici indicazioni** che ogni donna dovrebbe seguire.

**Massima attenzione a non contrarre
malattie infettive!**

Sono pericolose perché **possono colpire gli occhi del nascituro** causando gravi conseguenze, come la cataratta, la retinopatia e l'otticopatia. In particolare: la **toxoplasmosi**, una patologia infettiva del sangue causata da un parassita trasmesso tramite le feci del gatto, gli ortaggi e la frutta non lavati e la carne cruda o poco cotta (esiste un test specifico che conferma se la donna sia protetta o no); il **citomegalovirus**, appartenente alla famiglia dell'herpes; la **rosolia**, per la quale esiste il vaccino.

PERCHÉ NON BISOGNA FUMARE?

L'esposizione del feto alla nicotina è associata a un'alta probabilità di sviluppare **deficit neurocognitivi del nascituro**. Sotto il profilo visivo si potrebbero sviluppare un **minor numero di connessioni tra gli emisferi cerebrali**, nei casi più gravi compromettendo persino l'elaborazione degli stimoli visivi.

**PERCHÉ NON BISOGNA BERE
ALCOL DURANTE LA GRAVIDANZA?**

L'alcol è tossico per il feto: può causare **deficit intellettivi, cognitivi e psicosociali**. Le anomalie oculari che si osservano nei bambini affetti da sindrome alcolica fetale (Fas) indicano che gli occhi sono particolarmente sensibili all'alcol durante la fase dello sviluppo: ai segni visibili (pieghe agli angoli degli occhi, fessure oculari strette, strabismo) si associano un minor sviluppo del nervo ottico (ipoplasia), aumentata tortuosità dei piccoli vasi retinici e capacità visive ridotte.

Una campagna promossa da

IAPB ITALIA ONLUS
Agenzia Internazionale per la Prevenzione della Cecità
Sezione italiana

Via U. Biancamano, 25 - 00185 Roma
Tel. +39 06.36004929 - Fax +39 06.36086880
sezione.italiana@iapb.it
www.iapb.it



A QUALI CONTROLLI MEDICI SOTTOPORSI?

Occorre farsi seguire da un ginecologo per tutta la durata della gestazione. È importante iniziare a fare **prevenzione sin dalla vita intrauterina**. Eventuali consulenze e indagini genetiche prenatali devono essere eseguite prima del concepimento, in caso di anamnesi personale o familiare positiva per patologie ereditarie. Grazie all'**ecografia** si potrà periodicamente valutare il corretto sviluppo dei **bulbi oculari**. Il feto già inizia, **nell'ultima fase del suo sviluppo, a percepire la differenza tra luce e oscurità**.

CHI DEVE ESEGUIRE UNA VISITA OCULISTICA E QUANDO?

La gravidanza normalmente non porta a variazioni dei difetti di vista. È comunque importante l'**esame del fondo oculare in caso di gravidanza patologica**. Allo stato attuale non esistono evidenze in letteratura che riportino controindicazioni oculari all'esecuzione del parto naturale. I colliri che servono per la dilatazione della pupilla (midriatici) possono generalmente essere somministrati a scopo diagnostico, sotto il diretto controllo medico. Non esistono studi scientifici che ne dimostrino la nocività durante la gravidanza.

I DIFETTI DI VISTA, E LA MIOPIA IN PARTICOLARE, PEGGIORANO A CAUSA DELL'ALLATTAMENTO?

In passato si è molto temuto che l'allattamento al seno aumentasse la miopia, tanto che in molti casi è stato limitato, se non addirittura eliminato. Non esistono però studi scientifici o evidenze cliniche che lo dimostrino. Ci può essere un peggioramento soggettivo e temporaneo delle capacità visive, legato per lo più allo stato generale di affaticamento. Eventuali variazioni permanenti non sono normalmente attribuibili né all'allattamento né alla gravidanza.

Dopo la nascita

IL PRIMO CONTROLLO

Alla nascita, oltre allo screening neonatale per la cataratta congenita effettuato attraverso l'evidenziazione del riflesso rosso, è auspicabile una **visita oculistica prima della dimissione del neonato** per individuare eventuali patologie non riscontrabili attraverso questo test (il glaucoma congenito, il retinoblastoma - tumore oculare - e altre malformazioni oculari).

SECONDO CONTROLLO ENTRO I 3 ANNI

Entro i **3 anni** di età è raccomandata una **visita oftalmologica** da parte dell'oculista, eventualmente affiancato da un ortottista assistente di oftalmologia, per verificare se siano presenti difetti refrattivi (miopia, ipermetropia, astigmatismo) e se ci siano un'ambliopia ("occhio pigro"), uno strabismo o anomalie della motilità oculare. L'**occhio pigro non è visibile dall'esterno e solo uno specialista può diagnosticarlo**. Se individuato precocemente può essere opportunamente riabilitato. In caso contrario viene compromesso il corretto sviluppo dei circuiti cerebrali deputati alla visione, con un deficit permanente della visione centrale in un occhio (ambliopia).

COSA OSSERVARE IN UN NEONATO?

È normale che un neonato apra spontaneamente le palpebre, abbia pupille circolari regolari, lacrime normalmente, allontani il capo da ogni fonte di luce potente, sbatta le palpebre (ammicchi). Inoltre le sue cornee devono essere trasparenti e la pupilla si deve restringere in modo evidente se la fonte luminosa è forte. L'instabilità della fissazione associata ad un **leggero strabismo può ancora essere considerata fisiologica nei primi 2 mesi di vita**.

SVILUPPO DELLA VISIONE

Alla nascita il bambino vede pochissimo: percepisce solo forti contrasti a una distanza ravvicinata. Alla fine del primo mese il bimbo inizia a vedere più chiaramente i contorni e le forme degli oggetti e riesce a seguire con lo sguardo ciò che è in movimento. Tra il secondo e il terzo mese segue ciò che gli si mostra anche a una distanza superiore. A tre mesi riesce a coordinare la vista con il tatto. I colori sono meglio distinguibili intorno ai tre-quattro mesi; a sei mesi riconosce persino le sfumature. Il campo visivo binoculare impiega circa un anno per arrivare al 90 per cento di quello dell'adulto.

Una deviazione oculare fissa di un occhio non è normale. Movimenti oculari scoordinati sono possibili entro i 4 mesi, mentre non rientrano nella norma dopo i 6 mesi. Eventuali tremori intermittenti degli occhi (nistagmo) dovrebbero sparire entro il primo trimestre di vita. La presenza di un riflesso bianco sulla pupilla, invece del classico riflesso rosso che appare nelle foto, deve essere considerato un campanello d'allarme che richiede un tempestivo approfondimento diagnostico.

AMBLIOPIA

L'ambliopia è una condizione in cui la **funzione visiva di un singolo occhio è ridotta oppure assente** senza che ci siano stati danni oculari organici. Si tratta di una patologia che si sviluppa in età pediatrica: consiste in un deficit funzionale dell'apparato visivo ovvero in un suo parziale o incompleto sviluppo. Il cervello, non riuscendo a interpretare correttamente le informazioni che gli giungono, "disattiva" i segnali che provengono da un occhio, il quale rischia di rimanere così "fuori uso", salvo trattamento medico. Nei bambini il danno è generalmente reversibile, in linea di massima fino a 4-6 anni, ma sull'età precisa non c'è concordanza. In questi casi diventa fondamentale il trattamento riabilitativo ortottico.