

# Lettura, il ruolo fondamentale dell'ottico

di Francesca Sanguineti  
giornalista specializzata in ambito scientifico

Aumentano le persone che smettono di leggere per problemi di ipovisione, compromettendo la propria qualità di vita. I professionisti tuttavia possono fornire le soluzioni per mantenere attivo questo importante processo, che aiuta a mitigare il declino mentale legato all'età

**B**arack Obama, intervistato da Fabio Fazio il 7 febbraio a Che tempo che fa, ha ricordato che "le tre cose alle quali tengo di più nella mia vita sono i libri, non solo leggerli ma proprio l'oggetto. Poi ho una collezione meravigliosa di palloni da basket e infine l'affetto della mia famiglia e delle mie figlie. Se devo scegliere tra i palloni da basket e i libri scelgo i secondi perché a pallacanestro non posso più giocare mentre a novant'anni i libri potrò continuare a leggerli e a imparare tanto da loro". Quello prospettato dall'ex presidente degli Stati Uniti è lo scenario di un novantenne con la vista sana: parlando però di lettura nell'età avanzata, sono molte le persone che necessitano di un supporto ottico speciale per poter continuare a godere dei benefici di tale attività.

Nella terza età il libro costituisce uno straordinario rimedio alle sensazioni di distacco dal lavoro, di inutilità, di solitudine per lontananza dai propri cari o, come nell'ultimo anno, per emergenze sanitarie. Nell'universo di persone anziane sono sempre più numerose quelle con



Fabio Mazzolani, medico oculista

la vista fragile che necessitano di una risposta adeguata alle loro esigenze di lettura: tuttavia configurare la soluzione ideale per chi vive questo tipo di difficoltà non è banale. «Nel panorama attuale, ottici optometristi adeguati esistono e si stanno costantemente formando, ma il problema dell'ipo-

visione rimane significativo e la categoria ha un ruolo fondamentale nel soddisfare le esigenze dei nostri pazienti con vista fragile - afferma l'oftalmologo Fabio Mazzolani, direttore clinico del Centro Medico Santa Lucia di Crema e direttore sanitario del Centro Oculistico Bergamasco - Le loro necessità quotidiane sono talmente vaste che richiedono a tutti i professionisti della visione competenze sempre più ampie e una

collaborazione tra l'ottico optometrista e l'oculista sempre più stretta».

Il tipo di competenze professionali cui si fa riferimento rappresenta non solo una responsabilità sociale, ma anche un'opportunità di business e di differenziazione. Negli ultimi vent'anni sono stati molti gli studi che hanno messo in evidenza le ricadute positive del-

la lettura, come il mantenimento di abilità e di funzioni e processi cognitivi. Sono stati sviluppati progetti innovativi, come la biblioterapia, che utilizza il libro come un trattamento di aiuto personale, o la lettura ad alta voce che, secondo una ricerca condotta Oltremarica, offre stimoli a conversazione e confronto, favorisce la concentrazione e il linguaggio, promuove la sensazione di serenità e rafforza i legami familiari. La Stanford University ha, inoltre, dimostrato che letture diverse mantengono attivo il cervello stimolando le funzioni cognitive e facendo affluire più sangue alle diverse aree cerebrali.

Un gruppo di studiosi dell'Università di Miami ha, peraltro, evidenziato un rallentamento del declino cognitivo nella persona in età avanzata se questa ha occhi sani: la disabilità visiva è negativamente associata alla futura funzione cognitiva negli anziani - sostengono - sottolineando l'importanza di mantenere una buona visione per mitigare i declini cognitivi legati all'invecchiamento. Oggi, oltre a professionisti competenti, sono disponibili anche ausili efficaci, tra cui soluzioni ipercorrettive monoculari e binoculari, alcune delle quali addirittura con un sistema di illuminazione integrato, oppure anche semplici lenti di ingrandimento o videoingranditori.

«In alcuni casi di ipovisione grave la soluzione può essere un videoingranditore, ma, per la maggior parte delle persone, la chiave di volta



**Giuseppe Evangelistella,**  
ottico optometrista specializzato  
in ipovisione presso i centri ottici  
Optariston di Roma

è l'associazione tra l'ipercorrezione ottica e l'illuminazione integrata - sostiene Giuseppe Evangelistella, ottico optometrista presso Optariston di Roma - È importante formarsi e avere sempre tecnologie aggiornate: una soluzione ottica adeguata alla persona con vista fragile rende la lettura un sollievo. Le tecnologie sono accessibili e questa differenziazione permette di alimentare un dialogo con la classe medica».

Obama, biblioterapia, mantenimento cognitivo, cura della vista: gli argomenti fin qui menzionati coinvolgono il lavoro dell'ottico sia nell'affiancare la persona anziana, in un percorso fatto di check cadenzati, controlli delle lenti, scelta degli ausili visivi adeguati, sia per sensibilizzare la persona e i suoi familiari affinché la vista venga preservata con l'avanzare dell'età. In questo contesto Fabrizio Bracco, attivo presso il Dipartimento di Scienze della Formazione dell'Università di Genova, punta i riflettori su un ulteriore ruolo fondamentale dell'ottico: la relazione. «L'ottico ha un ruolo importante nella costruzione di un legame efficace con il soggetto con vista fragile. Le fragilità visive impattano sulla qualità di vita della persona in un modo così pervasivo che non possono essere gestite senza prima aver costruito un ponte fra ottico optometrista, ipovedente e caregiver - precisa Bracco - Lo strumento principale della relazione efficace siamo noi. Le modalità di interazione non dipendono solo dalle nostre caratteristiche di personalità, ma anche da competenze che possono essere allenate e rinforzate. Per analizzare e affinare le proprie attitudini relazionali e comunicative ci si può focalizzare su tre grandi abilità: la capacità di ascolto, la sospensione del giudizio, l'assertività. Queste sono la base per motivare l'interlocutore al trattamento perché alimentano fiducia e collaborazione. In conclusione, la competenza professionale deve essere supportata da una competenza relazionale che permetta di consolidare fiducia, ascolto, motivazione, impegno, per una progettazione condivisa del percorso di tutela del benessere, non solo visivo, ma psicologico in generale».