

## “GUIDA SICURA PER LE SCUOLE” .

### SCREENING SULLE ABILITA' VISIVE DEL CONDUCENTE A cura dell' ASSOPTO CUNEO e delle ORTOTTISTE ELISABETTA CASACCIA e FRANCESCA CASTELLO

Lo screening si è svolto grazie alla preziosissima collaborazione della azienda **TOPCON** che ha fornito la strumentazione necessaria alla realizzazione dei tests ed all'aiuto della **SAFILENS CARRERA** che ha messo a disposizione abbondante materiale pubblicitario.

I ragazzi esaminati sono stati **217** e le valutazioni hanno riguardato l'aspetto **refrazionistico** con l'uso di Autorefrattometro (**ASSOPTO CUNEO**) e quello **ortottico**(Elisabetta Casaccia e Francesca Castello-**ORTOTTISTE**).

Visto l'elevato numero di soggetti da esaminare ed il breve tempo a disposizione, circa 3 ore, si è dovuto limitare lo screening a questi due aspetti, che hanno però dato preziose indicazioni sullo stato visivo dei giovani.

Ecco le percentuali derivanti dall'analisi dei risultati.

- 1) I giovani ,dai 16 ai 18 anni,sono equamente divisi fra maschi e femmine.
- 2) Poco più del 40%di essi è munito di patente.
- 3) Il 32% usa occhiali e quasi il 9%le lenti a contatto.
- 4) Il 27% di chi usa correzione **non l'ha con se' al momento dei tests.**
- 5) Al termine dei tests il 52%dei ragazzi si può considerare di norma, senza particolari problemi.
- 6) Il **42%** risulta adatto ad un **approfondimento di carattere refrattivo**,il **5,5%** necessita di **approfondire l'efficienza della motilità oculare.**
- 7) **Il 33%dei ragazzi patentati necessita di approfondimento!**

### CONSIDERAZIONI

L'importante ruolo che l'efficienza visiva svolge nella conduzione di un mezzo stradale impone che tale abilità sia pretesa ai massimi livelli.

Lo screening svolto dall'ASSOPTO CUNEO sui giovani evidenzia che non sempre tale condizione è soddisfatta o per lo meno necessita di approfondimenti.

**Negligenza**(il non uso della correzione ottica), **approssimazione nella valutazione** dell'efficienza visiva(da parte di chi la deve giudicare) e la **mancanza** di un attento **monitoraggio**,tramite screenings, sullo stato dell'efficienza visiva(non solo sui giovani) sono gli aspetti su cui deve puntare, a nostro avviso, una seria **PREVENZIONE**.

## TABELLA RIASSUNTIVA

	<u>Numero</u>	<u>%</u>	
<u>Alunni</u>	<u>217</u>		
<u>Maschi</u>	<u>109</u>	<u>50,23</u>	
<u>Femmine</u>	<u>108</u>	<u>49,77</u>	
<u>Patente Si</u>	<u>91</u>	<u>41,94</u>	
<u>Patente No</u>	<u>126</u>	<u>58,06</u>	
<u>Usa occhiali</u>	<u>70</u>	<u>32,26</u>	
<u>Non indossati</u>	<u>19</u>	<u>27,14</u>	SU 70 portatori di occhiali
<u>Indossati</u>	<u>51</u>	<u>72,86</u>	SU 70 portatori di occhiali
<u>Non usa occhiali</u>	<u>128</u>	<u>58,99</u>	
<u>Usa Lac</u>	<u>19</u>	<u>8,76</u>	Lac=lenti a contatto
<u>Di norma</u>	<u>113</u>	<u>52,07</u>	
<u>Di norma senza correzione</u>	<u>65</u>	<u>29,95</u>	
<u>Di norma con correzione occhiali</u>	<u>39</u>	<u>17,97</u>	
<u>Di norma con correzione Lac</u>	<u>9</u>	<u>4,15</u>	Lac=lenti a contatto
<u>Necessita Approfondimento Refrattivo</u>	<u>92</u>	<u>42,40</u>	
<u>Necessita App. Ref. S C</u>	<u>55</u>	<u>25,35</u>	S C= senza correzione
<u>Necessita App. Ref. C C Oc</u>	<u>27</u>	<u>12,44</u>	C C Oc= con occhiali
<u>Necessita App. Ref. C C Lac</u>	<u>10</u>	<u>4,61</u>	C C Lac=con l.a contatto
<u>Necessita Approfondimento Motil.Oculare</u>	<u>12</u>	<u>5,53</u>	MO=motilita' oculare
<u>Necessita App. MO S C</u>	<u>7</u>	<u>3,23</u>	S C= senza correzione
<u>Necessita App. MO C C Oc</u>	<u>5</u>	<u>2,30</u>	C C Oc= con occhiali
<u>Necessita App. MO C C Lac</u>	<u>0</u>	<u>0,00</u>	C C Lac=con l.a contatto



# Ad ognuno gli occhiali giusti

L'Assopto Cuneo da oltre 30 anni si occupa delle abilità visive e della sicurezza sulle nostre strade

L'Assopto Cuneo, Associazione Ottici-Optometristi della Provincia di Cuneo è stata costituita più di 30 anni orsono ed è sinonimo di professionalità per l'individuazione dei difetti visivi di refrazione, provvedendo a fornire i mezzi correttivi necessari, siano essi occhiali o lenti a contatto idonei a ristabilire una buona efficienza visiva. La guida comporta un grosso impegno in quanto l'automobilista deve affrontare situazioni di basso contrasto, di abbagliamento, deve possedere una buona visione periferica (per evitare pedoni ed ostacoli ai lati della strada) e deve avere un normale senso cromatico per il riconoscimento dei cartelli stradali e per osservare le spie luminose sul cruscotto. L'automobilista deve così difendersi con occhiali da sole dal forte abbagliamento al tramonto o in primavera quando il sole è ancora basso all'orizzonte, lenti di non soccombere con la sua acuità visiva alla scarsa visibilità dovuta alla pioggia intensa e alla nebbia, combattere con la sua visione periferica per parcheggiare o evitare incidenti nel traffico caotico delle grandi città. In situazioni del genere diventa quasi un dovere mantenere una visione efficiente che permetta di adattarsi in modo rapido ad ogni situazione, evitando "sviste" pericolose soprattutto dopo una giornata d'intenso lavoro. Spesso di tutte le abilità visive viene solamente testata quella della acutezza visiva. Sono previsti però altri esami che valutano il senso stereoscopico (che indica la percezione e la profondità), il senso cromatico ed il tempo di recupero dall'abbagliamento.

Per questo motivo sottoponiamo ai nostri lettori un decalogo per un'efficiente visione al volante. Sottoporsi ad un controllo della vista almeno una volta l'anno per una tempestiva individuazione d'eventuali difetti visivi che, anche se lievi (e quindi spesso non avvertiti soggettivamente), possono compromettere la sicurezza alla guida.

Utilizzare sempre i sistemi compensativi (occhiali o lenti a contatto), come previsto dal Codice della strada, e tenere a disposizione nell'automobile un paio di occhiali o lenti a contatto di scorta.

Per ottenere un'acutezza visiva ottimale, in condizioni di scarsa visibilità (nebbia, pioggia, cielo coperto, ecc...) adottare lenti che consentano di migliorare il contrasto delle immagini.

Per ottenere la massima efficienza visiva, durante il giorno e in condizioni di forte luminosità, far uso di occhiali da sole di alta qualità e in grado di bloccare totalmente i raggi ultravioletti (UVA e UVB), oltre che di assorbire efficacemente la luce solare.

E' indispensabile, da parte di coloro che già utilizzano lenti correttive, dotarsi di occhiali da sole con lenti graduate.

Di notte anche piccoli difetti riducono la capacità visiva. Sovente è necessario utilizzare appropriati occhiali correttivi per ottimizzarla. E' inoltre necessario ridurre la velocità poiché i riflessi e i tempi di reazione, alla presenza di ostacoli improvvisi, sono più lenti.

Per non rimanere improvvisamente abbagliati, procedere sul lato destro della strada, evitando di tenere lo sguardo sulle automobili che provengono in direzione opposta ma rivolgendolo gli occhi verso il lato destro della strada. Controllare che non vi siano oggetti sul cruscotto o nella parte posteriore dell'auto che ostacolano la visione, o che si riflettano sul vetro anteriore.

Evitare di mettersi alla guida per lunghi tratti quando gli occhi sono affaticati o dopo un'impegnativa giornata di lavoro.

Evitare l'uso di alcool, fumo e di farmaci che possano diminuire la capacità visiva.

Il ruolo dell'optometrista è quello di aiutare le persone ad avere migliori prestazioni durante la guida anche con semplici esercizi da eseguire durante la giornata quando la fatica visiva si fa sentire, nelle lunghe attese in fila nel traffico cittadino o quando la monotonia della guida rischia di farci addormentare. E' quindi importante eseguire un risveglio visivo al volante, mettendo a fuoco con ritmo

costante i punti cardine della guida, alternando un punto vicino ad un punto più lontano, eseguire esercizi preparatori alla guida con uno stretching accomodativo monoculare tappando un occhio con il palmo della mano e avvicinando all'occhio aperto, un scritto fino al punto più vicino dove l'immagine sarà ancora a fuoco. In più esiste uno stretching oculomotorio ad occhi chiusi che prevede l'individuazione dei punti cardinali e la rotazione ad orologio del bulbo. Per avere la giusta consapevolezza di una visione sicura ed efficiente è necessario rivolgersi a personale qualificato. L'Assopto è sinonimo di professionalità e farsi consigliare da uno dei suoi aderenti consente di ottimizzare le proprie performance di ridurre la minima i rischi durante la guida.

Ecco tutti gli iscritti all'Assopto Cuneo che ha sede in via Avogadro 32 a Cuneo  
Tel. 0171.437111, sito [www.assoptocuneo.it](http://www.assoptocuneo.it), e-mail: [info@assoptocuneo.it](mailto:info@assoptocuneo.it).



Centro Optometrico - Toffoli  
C.so S. Santarosa, 22 - 12100 Cuneo  
0171/634045

Centro Ottico Bovesano  
Piazza Italia, 21 - 12012 Boves - 0171/388634

Foto Ottica Bergese  
Via Piave, 18/A - 12044 Centallo  
0171/214215

Foto Ottica Buschese  
Via Cadorna, 25 - 12022 Busca - 0171/945580

L'ottica S.N.C. Di Allais Olivero & C.  
P.zza Risorgimento, 44/A - 12037 Saluzzo  
0175/41885

Ottica Alfano  
Via Cavour 27 - 12042 Bra - 0172/412070

Ottica Almondo Alberto  
Via V. Emanuele, 15  
12048 Bormariva Del Bosco - 0172/54741

L'ottico Di Enrico Armando  
Via Roma 97 - 12023 Caraglio - 0171/619922

Ottica B  
Via Roma 48 - 12100 Cuneo - 0171/66618

Ottica Baralis  
C.so Have 48 - 12051 Alba - 0173/282315

Ottica Bolla  
Via S. Agostino, 21 - 12064 Mondovì  
0174/42172

Ottica Borghino  
Via Valle Po 48/A - 12030 Sanfron  
0175/948809 - 948894

Ottica Bottaro  
C.so Re Umberto, 88 - 12039 Verzuolo  
0175/86383

Ottica Carelli  
C.so Francia, 108 - 12100 Cuneo - 0171/491786

Ottica Casati  
Via Marnelli, 4/Bis - 12100 Cuneo  
0171/693114

Ottica Chiapello  
Via Giolitti, 33 - 12025 Dronero  
0171/905349

Ottica Franca  
Corso Luigi Einaudi, 2 - 12061 Carri  
0173/750894

Ottica Del Centro  
Via Roma, 84 - 12043 Canale - 0173/978207

Ottica Diecidedimi  
Via XX Settembre, 13 - 12100 Cuneo  
0171/605585

Ottica Fontana  
Via T. D'azeglio, 33 - 12038 Savigliano  
0172/711775

Ottica Foto Studio  
Via Tuminetto, 11 - 10040 Cumiana (TO)  
011/9050169 - e-mail: [mauropagella@libero.it](mailto:mauropagella@libero.it)

Ottica Gallo  
Via Roma 23 - 12041 Benevagienna  
0172/654093

Ottica Gallo Lorenzo  
Via Roma, 117 - 12045 Fossano  
0172/634981

Ottica Leonardi  
C.so Europa, 2 - 12064 Mondovì  
0174/47457

Ottica Maestrelli  
Via Roma, 73 - 12045 Fossano  
0172/60531

Ottica Mana  
C.so Roma, 37 - 12038 Savigliano  
0172/715197

Ottica Manfredi  
P.zza S. Pietro 2 - 12084 Mondovì  
0174/47887

Ottica Piero  
Via Xv Settembre, 10  
12058 Santo Stefano Belbo  
0141/843170

Ottica Poggio  
Piazza Collet, 13/14 - 12033 Moretta  
0172/94293

Ottica Pons  
P.zza Barbieri, 31  
10084 Pinerolo (TO)  
0121/74879

Ottica Randazzo S.N.C.  
Via Marengo 92 - 12073 Ceva  
0174/704148

Ottica Roggia Guido  
Via Cavour, 24/A - 12046 Montà D'alba  
0173/976228

Ottica Rosso  
C.so Giolitti 3 - 12100 Cuneo  
0171/67662

**SafetyDrive**  
associazione italiana guida sicura

[www.safetydrive.org](http://www.safetydrive.org)

**Vedelago**

Sponsor Ufficiale di

**DRIVER experience**  
Eventi sponsorizzati da Opel

**Vedelago**  
"la piace guardare avanti"

Via Pairino, 40 Carmagnola (TO) \ 011.97.23.113  
[www.vedelago-opel.it](http://www.vedelago-opel.it) [info@vedelago-opel.it](mailto:info@vedelago-opel.it)