

# OPTOX

# INTEGRAZIONE E SALUTE OCULARE

## Valutazione degli effetti di OPTOdrase sull'astenopia accomodativa.

L'astenopia accomodativa è una sindrome causata da un eccessivo affaticamento dei muscoli oculari, deputati alla messa a fuoco nella visione da vicino, e anche da un elevato stress retinico. Solitamente viene attribuita a soggetti presbinti o ipermetropi, soprattutto di età avanzata, a causa della loro ridotta capacità di accomodazione.

Questo studio effettuato da Vincenzo di Santo per la sua Tesi di Laurea presso l'Università Bicocca di Milano, indirizzo di Ottica e Optometria, dimostra che l'astenopia accomodativa può colpire anche individui di giovane età (lo studio è condotto su ragazzi tra i 21 ed i 25 anni) ed evidenzia come l'integrazione alimentare mirata aiuti a combatterne i sintomi.

Il sistema visivo in persone che svolgono per professione o per hobby, un'intensa attività visiva a distanza prossimale come videoterminalisti e studenti, è il sistema direttamente e maggiormente utilizzato.

Durante lo svolgimento di queste attività si verifica una costante domanda al punto prossimo che, per consentire il normale svolgimento dell'attività visiva, stimola l'organismo a integrare a lungo accomodazione e convergenza.

Questo avviene in contrasto con gli standard fisiologici, causando l'alterazione dell'omeostasi tra i due sistemi effettori (convergenza e accomodazione).

Lo stress eccessivo che deriva da queste attività visive, unitamente ad altri fattori come l'inefficienza del sistema visivo, lo stato fisico ed emotivo del soggetto, le condizioni di lavoro (es. illuminazione), la durata e la richiesta cognitiva dell'attività visiva in questione, possono favorire, a lungo termine, l'insorgenza dell'astenopia accomodativa.

L'Optometrista, attraverso opportune misurazioni e considerazioni, è in grado di ottimizzare l'approccio visivo del paziente relativamente a tali attività visive.

Analizzando e compensando gli eventuali squilibri presenti a livello oculare (ametropie, squilibri della visione binoculare, ecc.), può cercare di ridurre o estinguere le eventuali astenopie legate allo svolgimento di queste attività, ma spesso questi accorgimenti non sono sufficienti.

In seguito a quanto detto in precedenza ci si è chiesto: è possibile ipotizzare che un apporto di nutrienti fondamentali nella dieta, che entrano in gioco nelle attività muscolari e metaboliche dell'organismo, possa fornire un supporto aggiuntivo al sistema visivo durante lo svolgimento di attività visive, intense e prolungate, a distanze prossimali?

L'obiettivo dello studio è stato proprio quello di rispondere a tale quesito, integrando nella dieta giornaliera dei soggetti analizzati i seguenti nutrienti: potassio, magnesio, luteina ed L-carnitina.

Il potassio ed il magnesio hanno un ruolo chiave nel mantenimento dell'omeostasi dell'organismo e del metabolismo energetico cellulare, inoltre, da essi dipende la contrazione muscolare.

La luteina è un carotenoide della famiglia delle xantofille, concentrata principalmente nella macula retinica ed in minor quantità nel cristallino. Questa sostanza svolge un'importante attività antiossidante prevenendo il danno causato dai radicali liberi, rafforzando e stabilizzando

