



PROGRAMMA
INTERNAZIONALE
DI SVILUPPO
OPTOMETRICO



- Prevenzione
- Trattamento esterno
- Legno, fuoco, terra, metallo, acqua
- Locus: spazio-tempo
- Azione: ▽

Occhiali da sole

L'I.R.O. (Istituto Ricerche Optometriche) è stato il primo Istituto di Ricerca a dare delle risposte e trovare delle soluzioni a problemi della visione prima irrisolti.

Secondo l'I.R.O. l'uso di occhiali da sole o da vista colorati sono necessari solo se il soggetto ha disturbi funzionali della visione, o nella struttura oculare. **Negli altri casi e nella norma l'uso è dannoso.** Ovviamente quanto sopra è valido in ambienti ove il soggetto vive abitualmente (città, campagna). In condizioni ambientali particolari come sulla neve, sui ghiacciai, ecc. una protezione è utile e talvolta necessaria. In questo caso la protezione è data da occhiali scuri, le cui lenti debbono avere determinate caratteristiche tecniche.

Nel caso in cui un soggetto in condizioni ambientali usuali si trovi meglio con lenti scure e si trovi a disagio senza, è ovvio che dovrà usarle. Ciò che è bene comprendere è che: 1) In questi casi c'è un problema nella visione (funzionale quasi sempre, cioè non c'è una malattia oculare). 2) L'uso degli occhiali non migliora il problema, ma semplicemente lo nasconde. 3) La visione può ritornare normale con adeguato trattamento optometrico. In tal caso la luce del sole non darà più fastidio e gli occhiali scuri non saranno più necessari. 4) Visto che ogni occhiale da sole ha un colore, e ogni colore ha un effetto, quanto meno sarebbe utile usare il colore più adatto per ogni persona, mitigando così l'effetto indesiderato delle lenti scure. Tale consiglio può essere dato dall'optometrista dopo analisi visiva optometrica unicista (studio della condizione visiva). 5) **E' consigliabile comunque usare gli occhiali scuri il meno possibile, lo stretto indispensabile, onde evitare disturbi della luce (fotofobia) e alterazioni della mimica facciale.**

Alcuni studi indicano la necessità di "proteggere" gli occhi con lenti scure onde prevenire determinate malattie della retina o del cristallino. Non è mai stato dimostrato che il sole abbia prodotto queste malattie, anche se effettivamente ad alcuni il sole può creare problemi, perché ci sono disturbi nella visione. In questi casi il soggetto è costretto ad usare gli occhiali scuri dato che la luce crea fastidio, in tutti gli altri casi, in cui questo non accade, sarebbe bene non usare lenti scure; che alterano i bioritmi, producendo modifiche organiche a livello generale. Esempio: il cuore nella norma batte più svelto alle 12.00 e più lento alle 24.00 visto che vi è una ghiandola che produce tale messaggio e porta l'ordine al cuore. La ghiandola è collegata con il sole attraverso gli occhi! Falsare questi ordini non è cosa buona per l'organismo. L' I.R.O. ha fatto degli studi che confermano questo, **in particolare l'uso di lenti scure a permanenza, tipo fotocromatiche contribuisce a creare problemi al cuore, come l'ipotonia cardiaca.** Spiegato più sinteticamente con la Filosofia del Principio Unico si può dire che: la luce produce fenomeni vitali, il buio allontana la vita.