



IAPB Italia ONLUS
Agenzia internazionale per la
prevenzione della cecità
Sezione italiana

PROTEGGERE GLI OCCHI DAL SOLE
Evitare l'esposizione senza adeguate protezioni.

Commissione Europea e Ministero della Salute: precauzioni da seguire per una corretta esposizione solare.

Come prevenire?

E' sempre fondamentale proteggere gli occhi usando occhiali scuri con filtri a norma, occhialini appositi, ovviamente in tutte le situazioni in cui ci si espone ad una forte radiazione ultravioletta (mare, montagna, soprattutto lampade abbronzanti).

La maggior parte delle malattie agli occhi derivano dalla presenza di sorgenti di radiazioni ultraviolette, solari e artificiali. L'esposizione ai raggi UV, UVA, UVB nel solarium in spiaggia e in alta montagna causano gravi danni, a volte irreversibili.

Tra quello che puoi fare per promuovere la salute degli occhi e il tuo benessere visivo oggi e per il futuro, è importante comprendere le diverse malattie che possono colpire gli occhi.

Rischi connessi alle radiazioni Ultravioletti:

I principali effetti dannosi a breve termine: *sono la fotocongiuntivite e la fotocheratite*; gli effetti a lungo termine il *pterigio (ispessimento della congiuntiva)* che porta all'opacizzazione della cornea o ad una limitazione dei movimenti oculari, *formazione di cellule cancerose e la formazione di cataratte*, aumentano il rischio di contrarre il *melanoma dell'iride o della coroide, degenerazione del cristallino, che diventa sempre più opaco fino a compromettere la vista e che, in certi casi può portare anche alla cecità, cheratite, patologia retinica, ecc.*

Centro Nazionale di Epidemiologia, Sorveglianza e Promozione della Salute.

Sulla base della letteratura scientifica, l'Oms ha identificato nove malattie strettamente legate all'esposizione a radiazioni ultraviolette:

Per quanto riguarda L'occhio:

Carcinoma squamoso della cornea o della congiuntiva, raro tumore oculare, cataratta corticale, degenerazione del cristallino, che diventa sempre più opaco fino a compromettere la vista e che, in certi casi, può portare anche alla cecità.

È imperativo proteggere gli occhi dagli intensi raggi solari e artificiali, così come per la protezione pelle.

Il rischio principale connesso alla presenza di sorgente di radiazioni ultra violette é l'esposizione; gli organi bersaglio per le radiazioni ultraviolette sono gli occhi e la pelle.

Bibliografia essenziale

ICNIRP (International Commission on Non-Ionizing Radiation Protection): "Health issues of ultraviolet tanning appliances used for cosmetic purposes". Health Physics, gennaio 2003.

Norma Internazionale IEC 61228 "Method of measuring and specifying the UV - radiation of ultraviolet lamps used for sun-tanning "(04-1993)

Norma Italiana CEI EN 60335-2-27 " Sicurezza degli apparecchi elettrici d'uso domestico e similare " (1998)

Matzeu M: Il rischio da esposizione alla radiazione ultravioletta naturale e artificiale. Istituto Superiore di Sanità - Rapporti ISTISAN 98/22 (1998)

Rapporti Comité International d'Eclairagé - CIE: 63; 89; 98; 105, 114; 125; 134 e 138

World Health organization, Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS)