

BIMBOVISIONE: VEDERE BENE PER APPRENDERE MEGLIO

A settembre il nuovo programma Federottica di educazione alla visione rivolto a bambini genitori e insegnanti

Parte a settembre, con l'inizio dell'anno scolastico e su tutto il territorio nazionale, il nuovo progetto *Bimbovisione: vedere bene per apprendere meglio*, promosso da Federottica e dall'Albo degli Ottici Optometristi. Con il contributo di prestigiose aziende, la campagna di sensibilizzazione per una corretta visione offre a genitori ed insegnanti delle scuole elementari l'opportunità di porre i loro bambini nelle condizioni visive più idonee per una visione efficace ed efficiente in ogni situazione ambientale.

Il progetto, studiato appositamente dal dipartimento scientifico di Federottica, nasce per rispondere alle crescenti esigenze delle scuole di realizzare un programma di prevenzione serio, continuo e completo, con l'obiettivo di combattere le cattive abitudini che i bambini contraggono sui banchi di scuola e che sono causa di un eccessivo affaticamento alla visione.

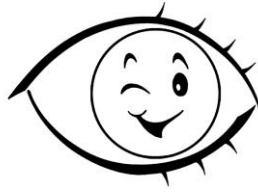
Il programma prevede un ciclo di conferenze con insegnanti e genitori, della durata di circa un'ora. Durante gli incontri proposti su tutto il territorio nazionale, viene descritto, attraverso una presentazione multimediale, come la visione e l'ambiente scolastico possono reciprocamente influenzarsi: vengono suggeriti metodi semplici ma efficaci per migliorare postura, impugnatura della matita e performances visive durante il lavoro scolastico.

Studi effettuati e dati raccolti hanno infatti evidenziato esigenze sociali di educazione-prevenzione relativamente ai disturbi visivi:

- Il 20% degli alunni presenta problemi visivi che incidono sul rendimento scolastico
- Il 50% dei docenti intervistati lamenta carenza dei programmi di prevenzione
- L'85% dei docenti intervistati accusa una mancanza assoluta di informazione su questioni inerenti la salute e la prevenzione
- Il 95% dei docenti desidera assicurare agli utenti della scuola un servizio più completo e accurato

Per rispondere a queste esigenze l'azione promossa dall'Albo degli Ottici Optometristi e da Federottica è volta proprio alla protezione della vista e della visione dei bambini in generale e in particolare nel momento di maggior affaticamento rappresentato dall'attività scolastica. Gli incontri sono articolati in modo interattivo proponendo regole ed esercizi che permettono a tutti i partecipanti di testare la propria visione imparando a rispettarla. Viene illustrato così:

- come aiutare i bambini ad assumere una postura corretta e quali strategie adottare per raggiungerla
- come svolgere le attività al computer in condizioni più idonee
- come strutturare una cameretta per fare i compiti rispettando la visione del bambino



Vista e visione (testo a cura del comitato scientifico di Federottica)

Fin dalle prime classi del primo ciclo scolastico, il bambino impara a leggere, scrivere e raccogliere informazioni importanti inserite in un contesto ricco di informazioni. Questo apprendimento richiede un elevato impegno sia cognitivo (mentale), sia fisico (la visione). A livello della visione gli occhi del bambino devono muoversi in modo sincronizzato, mantenendo la testa quasi ferma, mettendo continuamente a fuoco nel modo corretto le parole scritte e mantenendole nitide per lungo tempo. Nel medesimo tempo viene richiesta un'elevata attenzione sia per elaborare i segni grafici e tradurli in linguaggio, sia per estrarre un significato dai segni grafici stessi. In questa fase il bambino si ritrova a dover svolgere molte operazioni contemporaneamente. Tali operazioni devono procedere in modo fluido e scorrevole, e possibilmente senza inutili rallentamenti. È evidente quindi che per il bambino vedere bene, ossia vedere i famosi 10/10 è molto importante ed è altrettanto evidente che se questa capacità della vista non fosse raggiunta, il bambino dovrebbe essere messo nella condizione per poterla raggiungere. Raggiungere i 10/10 è estremamente utile, ma non ancora sufficiente. Durante l'attività scolastica al bambino vengono richieste diverse abilità, come ad esempio ottimi movimenti oculari a volte rapidi a volte lenti. Ma non solo. Nelle attività scolastiche è spesso necessario che un bambino riesca a mantenere per lungo tempo la focalizzazione su un obiettivo, per esempio la lavagna, debba riuscire a mettere a fuoco a varie distanze (salti di messa a fuoco) in modo rapido e flessibile, debba avere una percezione della profondità, ossia della distanza, e della periferia, ossia dello spazio laterale. Tutte queste abilità vengono chiamate "abilità visive" che, come si può constatare, vanno ben oltre i semplici 10/10. In altri termini, oltre che una **vista** perfetta ci vuole anche una **visione** altrettanto perfetta. Gli incontri con gli insegnanti e i genitori vogliono così sottolineare l'importanza di questi aspetti andando a descrivere a genitori e insegnanti sia le caratteristiche della vista sia le abilità della visione sottolineando come la visione sia **quel processo che dà un significato a ciò che si vede**.

Postura e visione (testo a cura del comitato scientifico di Federottica)

L'intensificazione ed il prolungato processo di scolarizzazione (in termini di anni) hanno imposto ai bambini maggiore impegno mentale e minore attività di movimento. Lo studio sottopone uno studente all'impegno di trascorrere in classe, in una posizione per lo più seduta, molte ore in una situazione statica continua. La postura del bambino sul banco di scuola, quella alla scrivania quando è a casa a cui si aggiunge il tempo trascorso alla postazione del computer, sfociano in una situazione che se non adeguata si può tradurre in affaticamenti ed eventuali difficoltà visive che possono intralciare la normale attività scolastica nonché visiva del bambino.

Vari studi hanno provato che una postura inadeguata può condurre a fenomeni di affaticamento visivo fino a strutturare veri e propri deficit della vista e della visione. Per questo, durante gli incontri viene descritta la postura corretta e viene spiegato come aiutare i bambini ad assumerla.