

piede come il calcio, pugilato, ecc., avere un corretto utilizzo di entrambi gli occhi (convergenza e binocularità), diversamente condizionerà il risultato sportivo e influenzerà la postura con possibili dolori muscolari e articolari. Nello sci la regolazione occhio-piede è importante, trasformare ciò che si vede in un conseguente movimento del piede e quindi dello sci mentre si affronta una discesa.

La corsa, benché sembri un gesto atletico semplice e intoccabile da questi meccanismi, è in realtà influenzabile allo stesso modo; se l'atleta ha difetti visivi, ad esempio, ruoterà la testa facendo avanzare l'occhio che vede meglio, di conseguenza i muscoli del collo saranno in parte stimolati e in parte no, quindi avrà una spalla più avanti dell'altra, il bacino compenserà portando avanti la parte contro laterale e le gambe modificheranno la loro rotazione sull'asse longitudinale influenzando i piedi in un appoggio più in pronazione o più in supinazione. Tutto questo solo per un atteggiamento visivo non corretto!

Sono molti gli atleti con deficit visivi che praticano sport senza correzione visiva oppure con occhiali o lenti a contatto, quest'ultime preferite per ovvi motivi di praticità, sicurezza e qualità della visione. Spesso però le condizioni ambientali di gioco, l'uso eccessivo delle lenti a contatto ed il rischio infettivo implicito in questo uso, conducono a situazioni di intolleranza alle lenti in molti soggetti. Inoltre, nella pratica clinica, si riscontra frequentemente una correzione non perfetta del difetto visivo anche con l'uso di lenti a contatto.

Una visione non ottimale genera modelli di comportamento errati, con la conseguenza che si tende a sviluppare atteggiamenti posturali apparentemente scorretti ma in realtà finalizzati a compensare deficit del sistema visivo.

Ad esempio, se uno dei muscoli che guida il movimento degli occhi non funziona bene, diventa più difficile mantenere la visione binoculare e di conseguenza questo deficit viene compensato da una rotazione del capo che ha ripercussioni negative sull'assetto della schiena oppure delle ginocchia. Lo stesso tipo di problema lo si ritrova nei pazienti astigmatici che, se non corretti perfettamente come spesso avviene con lenti a contatto, tendono ad inclinare il capo per trovare una messa a fuoco migliore. Per un soggetto che pratica sport a livello agonistico questi atteggiamenti posturali scorretti penalizzano le performance sportive.

*Alessandro Segnalini*

