Migliorare le prestazioni sportive, imparando a conoscere la propria vista. Presso l'Università di Milano-Bicocca è nato, nell'ambito del corso di laurea in Ottica ed Optometria, un gruppo di ricerca che si occupa della cura e dello studio della visione applicata alla sport. «L'optometria – spiega Antonio Papagni, coordinatore del corso di laurea in Ottica e Optometria - si occupa dell'efficienza del sistema visivo sotto svariati aspetti che vanno oltre il semplice rilevamento del deficit visivo, perché ci sono attività nelle quali il livello di visione richiesto per le operazioni condotte normalmente e giornalmente non è sufficiente.

Ci sono attività quali la giuda, ma in particolar modo quelle sportive, dove un buon livello di visione deve essere affiancato da un adeguato addestramento dell'intero sistema visivo per ottimizzarne la prestazione».

In via sperimentale fino alla fine di aprile, i docenti del corso di laurea studieranno le abilità visive delle atlete della squadra di pallavolo femminile della Bicocca (20 giocatrici) e daranno loro suggerimenti da adottare in campo. «Esiste una diretta correlazione tra la visione e l'attività sportiva – spiega Renzo Velati, docente di Ottica e optometria e responsabile del progetto-, maggiore è il livello di attività agonistica e maggiori sono le abilità visive coinvolte. Queste abilità, generalmente, crescono di pari passo con le abilità tecniche, ma, se la vista non è ottimale, anche le prestazioni in campo ne risentono. In Inghilterra, negli Stati Uniti e in sud Africa, soprattutto nelle principali società sportive, è pratica ormai diffusa studiare la vista per migliorare il gioco dell'intera squadra».

In pratica gli ottici optometristi analizzano le abilità visive dell'atleta – percezione dello spazio, campo visivo laterale, visione in equilibrio, coordinazione motoria visiva, capacità di movimento degli occhi – e poi consegnano al giocatore e al suo allenatore il report con i risultati dello studio.

«Se l'atleta possiede una funzione visiva migliore osservando il campo visivo destro – conclude Velati -, schiaccerà meglio se si posiziona nella parte sinistra del campo o se esegue compiti di ricezione che implicano la porzione visiva destra. Al pari mostrerà un rendimento minore sulla fascia opposta. Questa può essere una indicazione da sfruttare in campo per migliorare la prestazione del singolo, ma anche dell'intera squadra».

Lo studio, attraverso degli appositi screening, può essere applicato sugli atleti di tutte le discipline sportive, e prevede l'indicazione di soluzioni ottiche opportune (lenti a contatto, ad esempio) e l'individuazione delle attività per il potenziamento attraverso esercizi visivi.

Quando l'optometria diventa sociale

Il Corso di Laurea in Ottica e Optometria dell'Università di Milano-Bicocca propone una serie di iniziative legate alle abilità visive. Tra queste, "Se sai come vedi guidi meglio", un'indagine scientifica per appurare quali sono le abilità visive degli italiani che si mettono al volante. I docenti del corso di laurea in Ottica e optometria sono impegnati anche in iniziative legate al sociale, come la valutazione delle problematiche visive in soggetti affetti da sindrome di Down; lo screening visivo condotto su madri in regime carcerario attenuato e sui loro figli; lo screening visivo su bimbi in età scolare e lo screening sulla popolazione milanese, anche grazie alla

collaborazione con l'assessorato alla salute del Comune di Milano.