



Official Partner
of Swiss Olympic

Sports Vision Screenings

Perché dovrei controllare regolarmente la vista?



Ecco cosa significa «vedere»



- Circa il 25% dell'energia del corpo viene utilizzata per la percezione visiva
- La coordinazione di tutti i movimenti del corpo è controllata dal sistema visivo
- Il „vedere“ è strettamente legato ai muscoli scheletrici, all'equilibrio e agli organi interni.



80%

degli svizzeri hanno un difetto di vista



30%

degli atleti è privo di correzione sufficiente tramite lenti a contatto/occhiali sportivi



Effetti dell'ametropia non corretta nello sport



Mancanza di precisione quando si mette a fuoco l'obiettivo



Reazione ritardata a causa di riconoscimento troppo tardivo



Aumento del rischio di lesioni

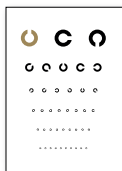


Disturbi dell'equilibrio e dell'orientamento

Conclusione

Uno screening regolare delle prestazioni visive

(circa ogni 2 anni) e controlli annuali sono un must per gli atleti. Si raccomanda agli atleti di sottoporsi a uno screening visivo con un esperto del nostro partner Dynoptic. Fissate subito un appuntamento a un prezzo speciale. [Ulteriori informazioni.](#)



Suggerimento: proteggete i vostri occhi

A seconda del tipo di sport, le persone senza correzione dovrebbero indossare occhiali sportivi per proteggere gli occhi.



Buona visione nello sport

Avere buone capacità visive durante lo sport è di fondamentale importanza.

Una buona visione consente agli atleti di avere un'accurata percezione spaziale, di anticipare i movimenti e le azioni di altri giocatori o oggetti e di reagire rapidamente a situazioni mutevoli.

Perché una buona visione è importante nello sport:

1. In molti sport, come il tennis, il basket o la pallavolo, è necessaria una buona coordinazione occhio-mano per colpire, prendere o lanciare la palla. Una visione nitida permette di seguire con precisione i movimenti della palla e di eseguire azioni precise.
2. Una buona visione aiuta a percepire meglio l'ambiente spaziale che ci circonda. È possibile tenere d'occhio le posizioni dei membri della squadra e degli avversari per sviluppare strategie, passare la palla o posizionarsi.
3. La rapidità di reazione è fondamentale in molti sport. Una buona visione permette di elaborare rapidamente le informazioni visive e di reagire in modo appropriato. La rapidità di reazione può fare la differenza tra successo e fallimento.
4. Una buona visione aiuta a riconoscere tempestivamente potenziali pericoli o ostacoli. Potete reagire più rapidamente a eventuali collisioni o altri rischi ed evitare lesioni.
5. Negli sport che richiedono precisione, come il tiro con l'arco, il golf o il tiro a segno, una buona visione è fondamentale. Una visione nitida consente di vedere chiaramente il bersaglio e di effettuare movimenti precisi.

Lo Sports Vision Screening spiegato brevemente

Lo Sports Vision Screening vi sottoporrà a un test per valutare l'errore refrattivo, le prestazioni visive, la coordinazione occhio-mano, la percezione visiva e la flessibilità dell'accomodazione. Lo screening mostra in quali aree è possibile ottimizzare le prestazioni visive.

Nelle pagine seguenti vengono spiegati brevemente i vari test.

Presbiopia

La rifrazione oggettiva è una procedura per misurare il potere di rifrazione dell'occhio al fine di diagnosticare eventuali difetti visivi come miopia, ipermetropia o astigmatismo. La rifrazione della luce nell'occhio viene misurata con l'aiuto di un autorefrattometro. Questa misurazione è indipendente dalle informazioni soggettive e fornisce quindi una valutazione oggettiva dell'acuità visiva. I risultati della rifrazione oggettiva servono come base per l'applicazione di occhiali o lenti a contatto. È importante notare che la rifrazione oggettiva è un metodo complementare a quello della rifrazione soggettiva, in cui l'acuità visiva viene autodichiarata. Insieme, consentono una valutazione completa della visione e un'applicazione individuale di ausili ottici.



Coordinazione occhio-mano

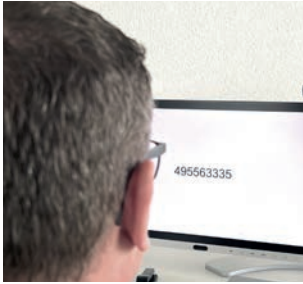
Il test di Van Orden utilizza uno stereoscopio per verificare la coordinazione occhio-mano. Il test fornisce informazioni sulla presa visiva. Cioè sulla capacità di elaborare informazioni visive e allo stesso tempo di coordinare le mani in modo appropriato per eseguire un determinato compito.

Negli sport con la palla, come il tennis, la pallacanestro o la pallavolo, una buona coordinazione occhio-mano è fondamentale per vedere la palla, seguirne la traiettoria e quindi prenderla o colpirla con le mani o la racchetta. Una scarsa coordinazione occhio-mano può portare a commettere errori perché non è possibile giudicare o prendere la palla correttamente.

Inoltre, la coordinazione occhio-mano è importante anche in sport come l'arrampicata, la ginnastica o il pattinaggio artistico. In questo caso è importante coordinare i movimenti del corpo con le mani e i piedi per raggiungere le prese o le posizioni corrette.



Reazione agli stimoli visivi



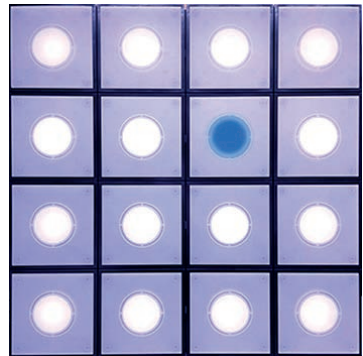
Con l'aiuto di un tachistoscopio, è possibile testare la propria reazione agli stimoli visivi. Si guarda una serie di numeri di 9 cifre per un centesimo di secondo e si cerca di ricordarne il maggior numero possibile.

La risposta visuomotoria è un'abilità che si può apprendere e migliorare con l'allenamento e la pratica regolari. Gli atleti che allenano in modo specifico la reazione visuomotoria possono aumentare le loro prestazioni e raggiungere meglio i loro obiettivi sportivi.

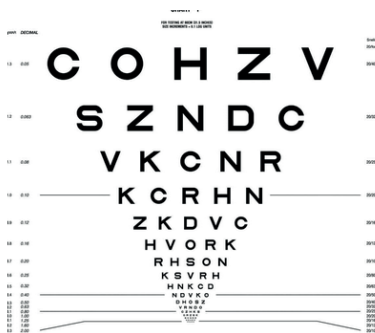
Risposta visuo-motoria

Per osservare la reazione visuomotoria si utilizza una parete tattile con 4x4 campi illuminati in modo casuale. L'obiettivo è quello di ottenere il maggior numero possibile di colpi entro 60 secondi.

Una buona reazione visuo-motoria consente di reagire rapidamente a situazioni mutevoli, di leggere gli avversari e di anticipare i movimenti. Inoltre, aiuta a migliorare la coordinazione occhio-mano, che a sua volta porta a movimenti più precisi ed efficaci.



Verifica delle performance visive



Una buona acutezza visiva è molto importante per gli atleti. Una visione chiara e nitida consente di elaborare le informazioni visive in modo rapido e preciso, migliorando così le prestazioni e i tempi di reazione. Inoltre, una buona acutezza visiva è importante anche per la percezione spaziale e la visione periferica. Gli atleti devono essere in grado di percepire l'ambiente circostante per posizionarsi correttamente, avere una visione d'insieme del campo di gioco e riconoscere tempestivamente potenziali pericoli o opportunità.

Flessibilità accomodativa

La flessibilità accomodativa si riferisce alla capacità dell'occhio di adattarsi rapidamente ed efficacemente alle diverse distanze. Permette di adattarsi rapidamente a distanze diverse e di vedere le informazioni visive in modo chiaro e nitido. Attraverso un allenamento e una pratica mirati, è possibile migliorare la flessibilità accomodativa e ottimizzare le prestazioni sportive.



Rilevamento di una fobia o di una tropia.

Uno strabismo latente o manifesto (phoria e tropia) può essere rilevato con l'aiuto di un semplice test di copertura/scoperchiamento.

Nello sport, sia la foria che la tropia possono influenzare la percezione visiva e la risposta agli stimoli visivi. Una fobia o una tropia non trattate possono causare problemi come visione offuscata, visione doppia o difficoltà di messa a fuoco, che possono influire sulle prestazioni sportive.

Visione stereo

La visione stereo viene testata utilizzando una stringa di Brock.

Una buona visione stereo è importante perché permette di percepire con precisione la profondità e la distanza spaziale. Migliora la coordinazione occhio-mano, i tempi di reazione e la capacità di elaborare gli stimoli visivi in modo rapido e preciso. Una scarsa visione stereoscopica, invece, può comportare problemi di mira, orientamento spaziale e previsione dei movimenti, che possono influire sulle prestazioni sportive.



Lasciatevi consigliare

Lo screening mostra in quali aree è possibile ottimizzare le prestazioni visive.

Partner per gli screening visivi sportivi

Richiedi una consulenza da parte di uno dei nostri optometristi sportivi o fissa un appuntamento a pagamento.

- Augenkontakt Zürich
- Biberoptik Hausmann Biberist
- Bischofberger Optik Winterthur
- Fischer + Loeliger Optik Bern
- Giovanoli Optik Pontresina
- Lienberger + Zuberbühler Bern
- Ottica Cocchi Bellinzona
- Roost Augenoptik Schaffhausen
- Sträuli Brillen Zug

