

Se gli zuccheri "offendono" la vista

Il 13 ottobre si è celebrata la Giornata mondiale della vista in un centinaio di piazze italiane

di Alessandro Algenta

Troppi zuccheri nel sangue possono portare, per via indiretta, all'ipovisione e alla cecità. Una loro concentrazione eccessiva, infatti, danneggia i piccoli vasi sanguigni retinici, il microcircolo di organi vitali quali il cuore e il cervello nonché dei piedi, provocando una serie di problemi di salute a cascata. Lo sa bene chiunque abbia conosciuto un diabetico grave: una glicemia troppo elevata fa pagare un prezzo salato alla sua salute. Tanto che la retinopatia diabetica è

oggi la prima causa di cecità in età lavorativa (20-65 anni). Ne sono affetti circa 147 milioni di individui su un totale di 422 milioni di diabetici nel mondo. Una marea umana montante che ha spinto l'OMS a parlare impropriamente di "pandemia", nonostante il diabete non sia una malattia contagiosa.

Di tutto questo si è parlato il 13 ottobre presso la Camera dei Deputati (Palazzo San Macuto, Sala del Refettorio) in occasione della Giornata mondiale della vista, promossa dall'Agenzia Internazionale per la Prevenzione del-

la Cecità-IAPB Italia onlus con l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) e l'Unione Italiana dei Ciechi e degli Ipovedenti, in particolare con le sue sezioni provinciali attive sul territorio.

Per la prima volta in Italia si sono toccate un centinaio di città il secondo giovedì di ottobre: dalle Alpi alla Sicilia migliaia di volontari, di dipendenti, di giovani e anziani si sono prodigati per portare la prevenzione delle malattie oftalmiche direttamente ai cittadini. L'obiettivo è stato pienamente raggiunto, con migliaia di controlli oculistici gra-

20





tuiti, convegni sulla retinopatia diabetica (a cui era dedicata la giornata), la distribuzione gratuita di opuscoli presso moltissimi gazebo allestiti in piazza e tante informazioni. La Giornata ha avuto un alto significato sociale, tanto da ricevere l'Alto Patronato del Presidente della Repubblica e il Patrocinio del Ministero della Salute.

"I programmi di screening e i trattamenti precoci per la retinopatia diabetica - ha dichiarato l'avv. Giuseppe Castronovo, Presidente della IAPB Italia onlus - consentono di ridurre in maniera significativa le gravi complicanze visive che si sommano, ad esempio, a quelle renali e cardiache. Però questo richiede un miglioramento della rete dei diversi specialisti coinvolti nella gestione della persona diabetica, come medici di famiglia, diabetologi e oculisti. Investire oggi in prevenzione significa risparmiare domani: preservare il bene prezioso della vista non è soltanto un dovere morale, ma anche un atto di saggia e lungimirante politica sanitaria perché evita l'incremento della spesa socio-sanitaria futura".

Il dott. Silvio Mariotti, responsabile delle politiche per la prevenzione della cecità e la riabilitazione visiva dell'OMS, dal canto suo ha spiegato: "Al rapidissimo cambiamento degli stili

di volta e alla diffusione del sovrappeso e dell'obesità dovuti all'alimentazione scorretta che segue all'inurbamento anche nei Paesi a reddito modesto. Inoltre la sedentarietà si diffonde rapidamente anche nelle campagne, facendo così esplodere le patologie conseguenti alle cattive abitudini alimentari e stili di vita poco attivi. Solo il 40% dei diabetici conosciuti accede all'esame retinico in tempo. Gli altri non ricevono le cure oftalmologiche adeguate o le ricevono troppo tardi per salvare la funzione visiva. In misura dell'80% non è accompagnata in tempo dalle terapie riabilitative adeguate. La situazione è drammatica e richiede interventi immediati".

All'evento è, tra l'altro, intervenuto il Sottosegretario alla Salute Vito De Filippo: "La prevenzione può essere di decisiva importanza per il sistema sanitario italiano che sta giocando una partita molto complicata, che è quella della sostenibilità. Il governo ha grande interesse a difendere questo tema della sostenibilità per il futuro con tutti i rischi e le questioni che questa sostenibilità prevede e pretende nei prossimi anni. La prevenzione è un pilastro importante, molto importante, perché arrivare prima significa non soltanto costruire percorsi di vita sicu-

mente più facili e più agevoli, ma significa molto anche in termini di sostenibilità".

Intervenire precocemente significa far risparmiare risorse poi. Pertanto il prof. Francesco Bandello (Direttore della Clinica Oculistica del San Raffaele di Milano) ha evidenziato che, secondo uno studio pubblicato su *The Lancet*, "proseguendo con questo trend si stima che, nel 2025, i diabetici saranno 700 milioni, col rischio di collasso dei Sistemi sanitari. Bisogna fare prevenzione, ma bisogna farla sul serio. Infatti la retinopatia diabetica è prevenibile e curabile".

"Noi siamo l'unica o una delle poche organizzazioni che lavora per cancellare se stessa" ha affermato Mario Barbuto, Presidente dell'Unione Italiana dei Ciechi e degli Ipovedenti. "La vista è quel bene prezioso che, nell'Uici, tanti dei suoi associati hanno perduto e proprio per questo si battono e vogliono che meno gente possibile abbia la stessa sorte". L'importanza della Giornata, ha proseguito Barbuto, è anche legata al messaggio indirizzato a tutti gli operatori della sanità (grazie ai quali molti cittadini riescono a salvaguardare una parte o tutta la capacità visiva): "Oftalmologi, farmacisti, operatori della aziende della salute, avete un compito di valore

immenso: impedire che milioni di persone perdano la speranza". Poi un appello del Presidente dell'Uici: "Marciate assieme all'Unione Italiana dei Ciechi e degli Ipovedenti, che è quel "grimaldello" che può aiutare a smuovere quelle sensibilità, quelle attenzioni in modo che giungano più risorse per la ricerca, per la cura... Noi non dobbiamo sempre considerare l'idea del recupero della vista come utopia. Forse noi ciechi, intimamente, ci possiamo permettere questo, ma non gli operatori della sanità!". Infatti, ha dichiarato Barbuto, "il grande obiettivo del mondo deve essere dare, conservare e preservare la vista di tutte le persone".

Anche in assenza di sintomi chi è diabetico ed è vedente si deve sottoporre con una certa periodicità a visite oculistiche che prevedono l'esame del fondo oculare ed eventuali esami aggiuntivi. Infatti, la retinopatia

diabetica è una condizione in cui i sintomi spesso compaiono tardivamente, quando le lesioni sono in fase avanzata e le possibilità di trattamento sono ridotte. I programmi di screening ed i trattamenti precoci per la retinopatia diabetica, invece, consentono di ridurre in maniera significativa le gravi complicanze visive. I dati a disposizione fanno ritenere che una diagnosi tempestiva e trattamenti appropriati ridurrebbero del 50-70% i casi di grave compromissione visiva a causa del diabete.

Il diabete è una delle malattie più diffuse oggi sulla Terra; colpisce senza distinzione di sesso e di razza; è presente in tutti i Paesi, ma è diffuso soprattutto nella zona del Mediterraneo orientale. Il diabete mostra una significativa tendenza all'aumento, probabilmente in concomitanza con l'avanzare del benessere socio-economico.

Esistono due tipi principali di diabete: il tipo 1 e il tipo 2. Il primo necessita della somministrazione d'insulina. In genere insorge nell'infanzia o nell'adolescenza. In questa forma di diabete il pancreas non produce l'insulina che, per controllare la malattia, è necessario somministrare quotidianamente per tutta la vita.

Il tipo 2 di diabete è il più diffuso (circa il 90 per cento dei casi): si può controllare con una dieta sana ed eventualmente con farmaci ipoglicemizzanti. Il pancreas produce l'insulina, ma le cellule dell'organismo non riescono a utilizzarla: si manifesta dopo i 30-40 anni. Sono stati individuati numerosi fattori di rischio tra cui, ad esempio, la familiarità per diabete, il sovrappeso e lo scarso esercizio fisico. Un ammonimento per tutti i pigri che non praticano alcuno sport né si sottopongono a controlli medici periodici. ■

Info: 800-068506 (lun.-ven., 10-13)

