

**14 OTTOBRE 2021:
WORLD SIGHT DAY**



La Giornata Mondiale della Vista (World Sight Day), è una giornata di sensibilizzazione sulla cecità, malattie oculari ed i problemi di vista, promossa dall'Organizzazione Mondiale della Sanità.

Il tema del 2021 è: **“Ama i tuoi occhi”**.

Love Your Eyes, significa essere consapevoli della propria salute degli occhi e dovremmo sottoporci a dei controlli periodici che consentano di intervenire, tempestivamente, su eventuali difetti visivi.

- la **prevenzione** e i **buoni comportamenti** devono iniziare molto presto;
- la **vita al chiuso** e l'**uso dei dispositivi elettronici** aumentano il rischio miopia e affaticano l'occhio perché gli impediscono di riposare.

La prevenzione oculistica inizia nell'Infanzia: se non si presentano particolari disturbi, le visite oculistiche vanno iniziate a partire dai 3 anni, con controlli successivi a 6, a 9 e 12 anni.

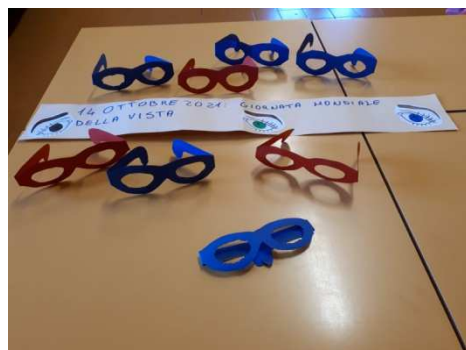
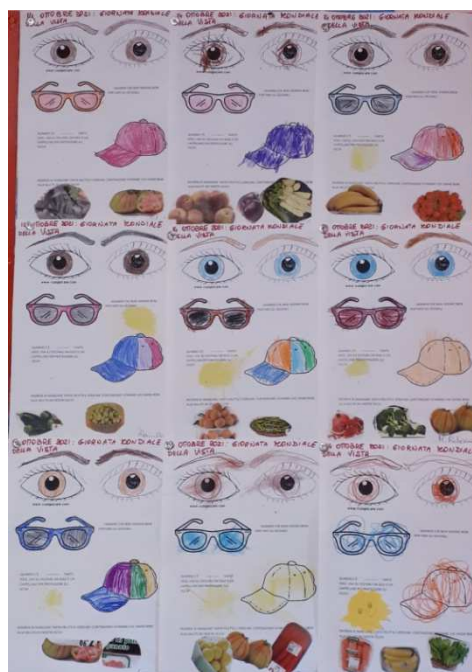
Prevenzione vuol dire prendersi cura della propria vista, assicurandosi che gli occhi si mantengano in salute e monitorando l'insorgere di eventuali patologie. Per il benessere del proprio corpo, è fortemente consigliato mantenere l'organismo in buona salute perché porta dei benefici alla qualità della propria vita.

Ciò si traduce in semplici buone abitudini, e significa, in prima battuta, assumere un corretto stile di vita, che favorisca il mantenimento di un organismo sano. Per esempio, nel caso in cui ci si accorga che i propri figli si avvicinano troppo agli oggetti, lamentano spesso mal di testa, hanno difficoltà nella lettura e nella scrittura, oppure deviano l'occhio (in modo costante o incostante), è bene farli sottoporre ad una visita oculistica.



Proverbi sugli occhi:

“Lontano dagli occhi, lontano dal cuore”;
“Occhio non vede, cuore non duole”;
“Gli occhi sono lo specchio dell'anima”;
“Ciò che l'occhio ha visto, il cuore non dimentica”;
“Gli occhi parlano, come nessuna bocca potrebbe”.



FS "Gestione PTOF"
Margherita Agostini

Le docenti