

VEDIAMOCI CHIARO

Da molto tempo ormai mi occupo della **vista dei bambini** a partire dai 3 anni di età. Tutto ciò è accaduto perché perché la mia formazione universitaria si è svolta a contatto dei bambini i cui problemi ortottici erano trattati con una buona prognosi fino agli 8/9 anni di età. Dopo questa età le ipotesi erano due: o gli occhiali o l'intervento chirurgico e spesso naturalmente , entrambi ! Si trattava di vedere strabismi di riconoscere problemi muscolari più o meno gravi ...di far imparare i bambini a mettere gli occhi drittiTutte cose che faccio ancora adesso solo che da allora ho capito parecchie cose che allora non sapevo.... Ad esempio non sapevo che i bambini potevo "trattarli" anche fino verso gli 80 anni se per trattamento vuol dire fare un qualcosa per favorire il benessere e il miglioramento della "vita" in generale poiché dal miglioramento della "vista" ...come ben sappiamo dipende l'80% del nostro benessere Inizio quindi parlando di bambini e di come interagisco con loro per aiutarli nel faticoso compito di liberarsi di una limitazione che cambia loro la vita Nella percezioni degli adulti il più delle volte l'occhiale non è una tragedia... è "normale" mettere gli occhiali ...mase il bimbo non vede la lavagna spesso assume un comportamento anomalo, si rinchiude è poco partecipativo socializza poco ..quindi il momento in cui egli vede attraverso l'occhiale diventa un momento di apparente rinascita ...perché gli viene restituita la visione perduta.....

Ma ahimè ..la vista è proprio perduta e se il magico e risolutivo occhiale viene tenuto sul naso tutto il giorno.... ecco scattare la perversa modalità del peggioramento visivo ogni sei mesiSi sente direla miopia è genetica ...il bimbo cresce e cresce anche l'occhio come se l'occhio potesse essere proporzionato alla crescita del piede.....Tutte ragioni accettate e accreditate dal tutti , operatori e genitori....Purtroppo viene emessa una "**sentenza**" con molta banalità ! Pensiamo invece al tremendo limite che è la **menomazione visiva** per un essere umano in formazione pensiamo al perché si sviluppa un **difetto visivo**, poiché sappiamo che la vista risiede nella mente è opportuno comprendere che il difetto visivo denuncia un "disagio" dal quale il genitore non può prescindere....Non è facile per un genitore accettare che il disagio visivo del suo bambino risiede nella "**mente**" o meglio ancora in un disagio emotivo.

Il genitore deve essere aiutato per comprendere che il suo bambino sta dimostrando una sensibilità particolare e va considerata una qualità....Spesso i bambini che rivelano **miopia, astigmatismo, ipermetropia e perfino strabismo** sono bambini particolarmente intelligenti , eccellenti a scuola e anche nel raggiungere importanti performance sportive.... spesso la caratteristica del miope è l'eccellenzaMa non solo i bambini hanno bisogno di **Educazione Visiva**, oggi un vaso pubblico utilizza la funzione visiva in un mondo ravvicinato di monitor sia per motivi di lavoro che per occasioni squisitamente ludiche.

La nostra società è sicuramente portata a un utilizzo dell' apparato visivo "costretto" a distanze ravvicinate.

La necessità di portare gli occhi "in palestra" è sempre più sentita da una vasta fascia della popolazione che sempre più spesso risente di atteggiamenti sbagliati visuoposturali che non possono essere risolti solamente con l'ausilio visivo. Nella "Palestra degli occhi" si "reimpara a vedere al meglio delle proprie possibilità", è eccellente per chi vuole fare prevenzione primaria e si rivolge a tutti coloro che presentano disturbi visivi come la **miopia, ipermetropia, astigmatismo, presbiopia e strabismi**, in un ambiente allegro e colorato dove ognuno può ritrovare il proprio bambino interiore nel dedicarsi ad attività semplici che coinvolgono corpo, mente e spirito. Le attività sono basate sui principi del **Metodo Bates**:

Movimento Rilassamento Visione Centrale Immaginazione e Memoria

Tutte queste fasi di "lavoro" sono caratterizzate dall'aspetto ludico perché la mente può apprendere nuove abitudini solo nella serenità, nella gioia, nella sorpresa... nel divertimento, in poche parole nel "benessere".

Rieducare i nostri occhi a "**rivedere**" significa apprendere nuove e migliori abitudini visive, **mentali e posturali**, con cui sostituire gli atteggiamenti sbagliati e le cattive abitudini.

Un esempio di cattiva abitudine, largamente estesa, è l'uso per vicino dell'occhiale che serve solamente per lontano...questa abitudine porta l'organo occhio ad "adattarsi" a un "mezzo" anziché essere solamente aiutato...e questa cattiva abitudine sta alla base di tanti peggioramenti visivi anche gravi in età adolescenziale..... Ma non solo.... nella Palestra degli Occhi si imparano molte pratiche che migliorano non solo la vista ma sono per la Vita come ad esempio una corretta **respirazione** e gli occhi imparano a lavorare in **armonia** con tutto il corpo.

Laura Canepa

Educazione Visiva basata sul Metodo Bates

Laura Canepa Ortottista in Genova

Insegnante Metodo Bates

Fondatrice di Aiev

Fondatrice e Presidente Aivon

www.vistabates.it

www.aiev.it