

Laura Canepa
Ortottista- Assistente in Oftalmologia
Docente di Educazione Visiva Milano, Genova, Mestre
Accreditata Ministero della Salute
Genova
laura-canepa@libero.it
010317084 /3479311720
www.vistabates.it

Sono molto felice di avere l'opportunità di darvi il benvenuto in questa cornice che ben rappresenta il concetto di benessere e salute.

Do il benvenuto agli ospiti che sono venuti ad ascoltarci e ai colleghi che hanno accettato di portare qui la loro esperienza per condividerla e farne prezioso dono a chi da tempo ha accolto il concetto di "benessere integrato" frutto di interventi multidisciplinari

E' un concetto molto diffuso ormai che il raggiungimento del benessere inteso come equilibrio ed armonia tra corpo e mente è il più efficace mezzo per attuare un progetto di prevenzione a livello individuale e sociale.

Prima di lasciare la parola agli illustri colleghi che sono venuti dalla Liguria, dal Veneto dal Lazio e dalla Germania desidero spiegarvi quali sono i nostri obiettivi e come siamo giunti a questo importante evento multidisciplinare.

La mia esperienza clinica di ortottista aveva fatto di me un'operatrice della Rieducazione Visiva che si preoccupava di lavorare sulla "muscolatura" del paziente limitandosi, come appreso in ambito clinico, al recupero della funzionalità dell'organo con un atteggiamento meccanicistico.

Mi occupavo di bambini ma nessuno mi aveva insegnato a guardare i loro piedi oltre che i loro occhi, mi occupavo di stress visivi da computer, di deviazioni dei muscoli oculari ...lavorando soprattutto sull'organo ...

Ma nella mia pratica quotidiana non mi sfuggivano tanti altri aspetti del paziente come il modo in cui respirava, la postura del corpo e il suo modo di comunicare. Notai ben presto con i bimbi che spesso la loro capacità visiva variava a seconda del genitore che l'accompagnava e che assisteva alla seduta, notai anche come erano diversi quando rimanevo a lavorare da sola con loro...

Tutto questo fino a quando non incontrai per caso in un negozio di arredamento con materiali biologici l'occhiale a foro stenopeico che non avevo ancora conosciuto ...e lo provai !

Compresi subito che poteva essere utile e lo comprai senza sapere l'importanza di quel gesto.

Tornai in studio e mi apprestavo a telefonare alla mia cara amica oculista con cui collaboravo come ortottista nella presa in carico di bambini, quando mi squillò il telefono ...era lei ...la mia oculista. che mi disse ..."cara Laura vorrei che ti procurassi degli occhiali speciali per far fare "una specie di ginnastica agli occhi" ..

Rimasi senza parole : la sincronicità di quell'evento fu una vera illuminazione e mi caricò di entusiasmo : la cosa giusta al momento giusto !?!

Ricominciai a studiare e ripresi in mano un libro letto quando andavo all'università che parlava del Metodo Bates e che avevo chiuso e rimesso in libreria perché mi sembrava incredibile !

Lo rilessi e cominciai a pensare che quegli strani occhiali neri che intanto avevo cominciato a utilizzare con i bambini in effetti favorivano il movimento e andavano a sbloccare certe tensioni, scioglievano delle rigidità...smuovevano parecchie cose e il risultato era che i bambini vedevano meglio

Mi tuffai su internet e trovai molto di più sulla rieducazione Visiva , molto di più di quanto avrei potuto

immaginare e continuai a studiare con entusiasmo e con risultati sorprendenti
Trovai un mondo vasto e impegnato che faceva questo lavoro bellissimo e lo volli conoscere.

Conobbi Maurizio Cagnoli che anche oggi è qui con me.

Ben presto fondammo insieme un'associazione culturale per diffondere sempre di più questa cultura in Italia, eravamo in quattro provenienti da diverse regioni Italiane.

Era nata l'Aiev che ci permise grazie al suo Presidente di affacciarci all'estero e conoscere metodologie e tecniche nel campo della rieducazione visiva in tutto il mondo....Sylvia lakeland, Rosembauer, Ray Gottlieb, Eva Lothar, Pier Luigi Lattuada ...e tanti altri

Con Aiev, conobbi altri operatori in Italia che convergevano sulla Rieducazione Visiva portando i loro preziosi contenuti e tra cui la Dr.ssa Marisa Martinelli con cui ben presto trovammo un linguaggio comune per mettere in pratica l'approccio biopsicosomatico integrato nella cura dei disturbi visivi tenendo specifici seminari alla fine dei quali condividiamo ogni volta lo stupore e il piacere dei progressi fatti dai nostri allievi durante i due giorni in cui lavoriamo fianco a fianco.

Una collaborazione molto gratificante per noi e per i nostri pazienti.

Ormai gli occhi dei miei pazienti erano collegati alla mente, erano collegati alle emozioni, oltre che alla postura, alle gambe, ai piedi, all'apparato stomatognatico, insomma il mio entusiasmo era ormai tale da contagiare chiunque mi passasse vicino e così feci

In tutti i nostri incontri e congressi ero sempre molto stupita per il fatto che gli addetti ai lavori, come oftalmologi, ortottisti, ottici e optometristi rappresentassero una minoranza dei partecipanti.

Per me, che avevo iniziato proprio collaborando con un oculista ... e poi con una psicologa e poi con un'altra oculista la Dr.ssa Rosaspini che anche lei oggi è qui al mio fianco, mi sembrava impossibile che il "settore specialistico" fosse così poco rappresentato in questo vasto mondo della rieducazione visiva che nel mondo comunque contava parecchi operatori del settore come medici oculisti, ortottisti e anche optometristi

Inoltre a Genova, nella mia città, mi scoprirono alcuni medici dentisti con cui iniziai a collaborare infatti uno di questi il Dr. Silvestrini è qui con noi a dare il suo contributo e ben presto iniziai a contagiare anche qualcuno del mondo ottico..... tanto che con Paola La Rosa, optometrista, abbiamo organizzato dei corsi per i colleghi del mondo dell'ottica ..un'esperienza entusiasmante

Fu così che mi misi in testa di diventare la cerniera tra questi due mondi in modo da portare in ambito scientifico tutte le felici contaminazioni che consentono di dare ai propri pazienti un supporto terapeutico ricco in quanto multidisciplinare.

Oggi la scienza ci sta disegnando un affresco sull'essere umano che ci consente di comprendere facilmente come la funzione visiva sia il risultato di abilità e aspetti non tutti quantificabili e misurabili. Proprio perché molti di questi aspetti sfuggono alle metodologie scientifiche standard sono troppo poco esplorati. ma come vedremo dagli interventi dei nostri relatori gli studi sullo stress, sulle emozioni e gli effetti delle discipline come la psicologia e le tecniche di rilassamento sul decorso delle malattie e dei sintomi, hanno fatto grandi progressi così che la biologia può incontrare la psiche. E viceversa.

Questo comporta da parte nostra una lettura e un approccio ai disturbi visivi diverso da quello contemplato finora. Per questo tra i nostri ospiti c'è la Dr.ssa Ilse Stempel perché sarà proprio leiche ci illustrerà i suoi studi e le ricerche fatte in particolare nel campo del glaucoma, dove ha evidenziato la validità

dell'integrazione tra cure tradizionali e le cure definite "complementari" anziché alternative.... una felice e chiara espressione .

Mi sembra giusto richiamare l'attenzione sul titolo del nostro incontro "**Occhio e Visione**" e fare qualche precisazione in modo che sia chiara la differenza tra la capacità visiva dell'occhio e la Visione

L'occhio è uno strumento prodigioso che riferisce al cervello tutto quanto è necessario per comprendere la realtà che ci circonda e la Vista è semplicemente una risposta alla luce , è l'azione riflessa dell'occhio che gira verso la luce, la vista è misurabile oggettivamente

La Visione invece è il processo di interpretazione di ciò che viene visto , è un processo attraverso il quale si trae il significato da ciò che si vede, è la capacità di capire e integrare quanto visto mettendo in campo tutti i sensi , tatto , udito, gusto e olfatto.....e tutto ciò è mediato dalle nostre emozioni, dall'ambiente e dall'imprinting ricevuto.

E ancora quante informazioni ci danno gli occhi di un essere umano su di lui ?

Occhi rossi, congestionati dal pianto, occhi gialli di rabbia, occhi cupi velati dal dolore, occhi brillanti di gioia , occhi sfavillanti di felicità...occhi specchio dell'anima....

E' per questo che in questa giornata sentiremo parlare della visione vista da tanti punti di vista , è per questo che ho voluto fortemente dare corso a una nuova Associazione culturale AIVON che sapesse radunare nel suo seno professionisti delle diverse discipline; ho voluto dare l'opportunità che altri possano ripetere la mia, la nostra felice esperienza collaborativa ! Sentirete la voce dei medici oftalmologi, della psicoterapeuta, del dentista , dell'optometrista e anche del la logopedista .

Aivon vuole fortemente avere un ruolo di scambio e comunicazione tra tutte le discipline che possano dare un contributo alla comprensione di quel complesso atto che è la visione. La visione sta alla base della nostra vita poiché circa l'80% delle informazioni utili alla nostra sopravvivenza e al nostro sviluppo passa per la vista mentre gli altri sensi si contendono il restante 20 %la vista ha quindi il primato dei 5 sensi

Per tutto il '900 i vizi refrattivi sono stati considerati soprattutto in modo meccanicistico e organicistico ma un folto gruppo di terapeuti da W.H.Bates ai bioenergetici come Reich, Lowen, Groddeck e anche Freud aveva parlato di disturbi visivi psicogeni, quindi in molti hanno continuato a studiare e ottenere risultati nel migliorare "la visione", nel limitare la crescita del vizio refrattivo , nel dimostrare che la visione è migliorabile. I relatori cui sto per lasciare la parola vi parleranno anche di neuroscienze, un mondo meraviglioso che consente di avere molte chiavi di lettura del nostro lavoro di Rieducazione Visiva.

Spesso in ambito specialistico il paziente ascolta emettere sui suoi occhi, sulle sue capacità visive delle "sentenze" che non lasciano scampo a un futuro di inabilità . Non a caso abbiamo voluto portare in Italia la Dr.ssa Ilse Stempel che si occupa in particolare di glaucoma , trattando quindi una patologia grave che spesso condanna il paziente ad una invalidità precoce

Sappiamo bene cosa significa vivere una patologia senza speranza... la sola aspettativa dell'aggravamento può "incoraggiare" l'evoluzione di tale stato.

Nella nostra esperienza invece abbiamo imparato l'importanza di associare alle terapie farmacologiche classiche un percorso di consapevolezza che attraverso il rilassamento consente al paziente di alleggerire le aspettative negative e valorizzare tutto ciò che può arginare l'aspetto ansiogeno di certe situazioni. Abbiamo voluto fortemente associare la testimonianza di un musicoterapeuta, Lorenzo Pierobon che attraverso la musica migliora la qualità della vita di molti pazienti di varia natura. Farete un breve assaggio oggi di questa splendida metodica con un visualizzazione guidata dalla Dott.ssa martinelli

Come ortottista ho voluto conoscere e comprendere tutti gli aspetti della funzione visiva pura e semplice per entrare nel mondo della "visione" ...per dare ai miei pazienti la possibilità di ampliare gli orizzonti, rompere gli schemi che condizionano il "modo di vedere" il "modo di sentire" proprio di ciascuno.

Uno degli argomenti con cui spesso comincio a dialogare con il mio paziente ai primissimi incontri è fargli riconoscere le parole che uso, ad esempio li abituo ad ascoltare sempre di più la parola "sentire" anziché "Vedere" e le parti del corpo su cui lavorerò di più inizialmente saranno i piedi, le gambe, le spalle prima di arrivare agli occhi..... e che dire della sorpresa che provano quando insegno loro a respirare anziché rimanere in apnea nell'ansia di "eseguire bene" quanto gli sto facendo fare?

Occuparsi di visione significa aiutare, favorire il cambiamento, dare strumenti facili e fruibili in modo che il paziente possa favorire il processo di guarigione iniziato con il suo terapeuta

Ma vediamo in quanti modi possiamo "stare meglio con i nostri occhi" e dare un codice semplice da portare sempre in tasca o meglio da avere chiaro nella nostra mente ed è il seguente :

Dare al nostro sistema corpo –mente la possibilità di muovere e di esprimersi

Dare al nostro sistema corpo –mente più luce

Dare al nostro sistema corpo – mente più respiro e più aria

Dare al nostro sistema corpo – mente miglior cibo

Dare al nostro sistema corpo – mente più emozioni

E quindi ...

Dare ai nostri occhi più libertà e concedergli anche la possibilità di stare senza correzione ottica quando possibile, imparare che spesso l'ausilio visivo che serve per lontano non è necessario per vicino, avere la consapevolezza che spesso un deficit visivo può essere transitorio e in concomitanza con un periodo stressante della vita e questo vale anche per i bambini.

Le età di passaggio sono le più delicate e guarda caso sono quelle in cui compaiono i primi disturbi, legate spesso a distacchi e separazioni, l'inizio della scuola materna e la vita sociale con gli altri bambini, l'inizio della scuola elementare, la scuola media, l'adolescenza e le prime manifestazioni di autonomia sociale alle superiori e all'università quando la famosa miopia, guarda caso, smette di aumentare proprio quando si discute la tesi di laurea.

Sembrano banalità e in effetti sono cause semplici che però possono mettere in ansia e contribuire al manifestarsi di un disagio visivo.

Di questi aspetti vi parlerà la dottoressa Martinelli che in fatto di psicologia della visione è una delle maggiori esperte in Italia è per questo che considero un privilegio la nostra amicizia e la nostra collaborazione professionale.

Questo evento quindi vuole essere un esempio da seguire felicemente per espandere le nostre diverse professionalità e favorire gli scambi multidisciplinari fra professionisti appassionati del loro lavoro ma non solo, attendiamo i contributi di tutti coloro che vorranno portare la loro esperienza tra di noi, li accoglieremo con gioia.