

**Una Vista una Lunga Una Vita
Ortottica e Terapia Sistemica
L'Educazione Visiva:una Terapia Integrata per la salute degli occhi e della persona
A cura di Lauretta Canepa
Ortottista Assist.Oftalmologia
Genova
26 giugno 2010
Sala Conferenze Abbazia S.Agostino**

Spesso quando dichiaro la mia professione in ambiti non specialistici le persone non comprendono il termine "Ortottista" e mi trovo sempre a spiegare quali sono i suoi compiti, quale la sua cultura e di cosa si occupa.

Semplifico sempre spiegando genericamente che nell'ambito della sua professione si occupa di muscoli oculari e del loro lavoro e durante queste conversazioni scopro sempre che pochi sanno che gli occhi hanno ben 12 muscoli che provvedono a tutti i loro movimenti o meglio agli innumerevoli movimenti che compiono instancabilmente durante tutto l'arco della nostra vita poiché lavorano anche mentre dormiamo.

Spiego che i muscoli oculari hanno bisogno di equilibrio e armonia per consentire agli occhi di muoversi bene e vedere bene e ogni volta colgo lo "stupore" negli occhi del mio interlocutore. Ogni volta dunque scopro l'assoluta mancanza di informazione che esiste a tale riguardo e è per questa ragione che sono sempre felice di organizzare da tanti anni eventi come questo. Il mio intervento oggi sarà un contributo per spiegare non solo il significato del termine ortottica bensì la definizione di Ortottica Sistemica.

Dal Greco Ortottica significa "Occhio Dritto" e identifica una vasta materia che in sintesi studia le anomalie motorie e sensoriali dell'apparato visivo, le tecniche utilizzate per la diagnosi e le metodologie per la terapia degli stessi disturbi.

Il termine Sistemica con cui accompagno al parola Ortottica si rifà alla Teoria dei Sistemi "il cui fondatore, il grande Biologo austriaco americano Ludwig Von Bertalanffy, la concepì come una disciplina di tipo logico-matematico: essa si configura come una terapia puramente formale applicabile però alle diverse scienze come ad esempio la biologia, la medicina, la sociologia, la psicologia e la scienza, la politica, la fisica e le diverse scienze umane. Il punto di partenza di tale teoria è la definizione di sistema, inteso come un'entità concettuale, **fisica** o sociale, che consiste di parti interdipendenti.

In ambito relazionale i sistemi sono costituiti da parti che si trovano in interazione tra di loro, non più secondo una concezione classica di tipo lineare (basata cioè sul rapporto causa-effetto) bensì secondo una logica epistemologica di tipo circolare: **la Sistemica** prevede infatti, per uno stesso effetto, tante cause in rapporto reciproco che generano così uno schema nel quale la causa e l'effetto non hanno più una consequenzialità univoca, ma nel quale l'effetto si ripercuote sulla causa e da effetto diventa a volta causa.

Tra i sistemi, una particolare importanza è riservata ai cosiddetti sistemi aperti, quelli cioè in cui si realizzano scambi di energie, di materiali, di persone e di informazioni con l'ambiente esterno e in cui tali scambi si configurano come essenziali alla sopravvivenza del sistema stesso.

Partendo da queste definizioni è possibile affermare che tutti i soggetti viventi (animali, uomini, gruppi, organizzazioni, società) possono essere concepiti come sistemi aperti e come tali hanno un "interno" e un "esterno", divisi da un "confine".

Secondo questo approccio è più importante comprendere l'organizzazione, il controllo e la struttura dei rapporti tra fenomeni, piuttosto che descrivere questi ultimi come entità astratte e isolate. Una famiglia ad esempio si compone di diverse unità, che si relazionano all'interno sistema famiglia stimolandolo ed essendo stimolati.

Oltre alle implicazioni terapeutiche la teoria dei sistemi è trasversale alle diverse discipline empiriche ...

Ogni sistema sviluppa delle strategie atte a regolare i rapporti tra interno ed esterno, tra opportunità e risorse necessarie alla sopravvivenza del sistema stesso.

La Sistemica quindi non si preoccupa di studiare le strategie in rapporto al valore qualitativo bensì in rapporto al grado di funzionalità rispetto agli obiettivi condivisi dallo stesso sistema.

L'efficacia di un sistema dipende dal livello di coerenza generato all'interno delle variabili.

Un Sistema è efficace nella misura in cui i diversi elementi del sistema stesso sono tra loro coerenti: il sistema diventa inefficace quando le variabili diventano incoerenti la coerenza di un sistema diventa così elemento di primaria importanza per la sua sopravvivenza: ciascun sistema organizzato per rimanere efficace, deve adeguare le proprie strategie all'ambiente esterno "

Tratto da www.modellidicomunicazione.com

Quale miglior sistema se non il "Sistema Visivo" può giovare di questa importante scienza ?

Pensare al Sistema Visivo considerando solamente l'occhio e le sue capacità misurabili scientificamente e oggettivamente è quanto di più lontano all'approccio sistemico.

Infatti l'**Occhio** è uno strumento prodigioso che riferisce al cervello tutto quanto è necessario per comprendere la realtà che circonda l'individuo e la **Vista** è semplicemente una risposta alla luce, è l'azione riflessa dell'occhio che gira verso la luce, 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... tutto ciò, mediato dalle emozioni dell'individuo, dall'ambiente e dall'imprinting ricevuto.

Ma quali sono le "variabili" del "sistema Visivo" ?

Vediamole :

Le variabili fisiologiche interne:

- L'integrità anatomica
- La Motilità oculare
- L'acutezza visiva
- La percezione
- La sensibilità ai colori
- La sensibilità al contrasto
- Il Sistema nervoso
- Il sistema muscolare
- Il Sistema posturale
- IL sistema respiratorio
- Il sistema circolatorio
- Il sistema sensoriale

- L'apparato stomatognatico

Le variabili esterne

- L'ambiente familiare
- L'ambiente sociale
- Il sistema di credenze cui appartiene l'individuo
- Lo stile di vita
- L'alimentazione

Le variabili emozionali

- Il Sistema psichico
- Stress
- Carenze affettive
- Malattie
- Lutti
- Infinite cause di disagio

Ma vediamo un po' più da vicino come mai chiamo in causa tutti questi sistemi per parlare Ortottica Sistemica

In ortottica la prima cosa che facciamo è l'esame della motilità quindi è il "Sistema Motorio" dell'occhio che andiamo a considerare e in "Ortottica Sistemica" questo esame non si ferma qui poiché anche i muscoli oculari sono in connessione con tutta l'intera catena muscolare dell'individuo quindi entra subito in causa uno dei capisaldi dell'Educazione Visiva e del Metodo Bates che è il Movimento.

Il Sistema Motorio dei muscoli oculari attraverso il movimento entra in armonia e in risonanza con tutto il corpo per aggiungere al sistema visivo più fluidità, più morbidezza più elasticità e quindi migliore performance

Così facendo, si promuove la riattivazione del il Sistema Circolatorio che con il movimento riceve un grande impulso che favorisce una migliore ossigenazione di tutti i tessuti ...

Il maggior movimento mette in gioco il "Sistema respiratorio" e la migliore ossigenazione del sangue favorisce un miglior apporto nutrizionale di tutti i tessuti.

E' noto che il movimento promuove la salute perché ha un effetto benefico sul "Sistema Nervoso" che scaricando le tensioni favorisce il "Rilassamento"
Secondo caposaldo dell'Educazione Visiva, basata sul Metodo Bates

Sappiamo che la tensione muscolare provoca dolori, rigidità, infiammazione e conosciamo bene i postumi di una settimana lavorativa davanti al computer ma c'è modo di diminuire questi effetti attraverso l'apprendimento di nuovi atteggiamenti del "sistema posturale" e del "Sistema respiratorio"

"La respirazione con i suoi due movimenti fondamentali di inspirazione ed espirazione è uno dei grandi miracoli dell'esistenza, essa non soltanto riesce a liberare completamente le nostre energie vitali, ma apre la via a un percorso di guarigione che raggiunge i più profondi recessi del nostro essere,

Inspirare completamente significa svuotarsi, aprire il nostro essere all'ignoto, essere liberati"
Da Respirazione naturale , Dennis Lewis ed Natura & Salute

Il sistema sensoriale

Gli organi di senso sono le vie d'accesso del **sistema nervoso**; al loro interno i recettori sensoriali ricevono i segnali esterni e interni all'organismo che poi trasmettono attraverso le vie nervose al midollo spinale e all'encefalo, qui l'informazione viene tradotta in sensazione.

"L'occhio è il principale sistema sensoriale che ci permette di conoscere il mondo attorno a noi. Il campo visivo è la proiezione ottica della rappresentazione visiva del mondo esterno sulla retina. Quello che noi vediamo non sono le immagini che percepisce la retina, ma il frutto dell'elaborazione di queste immagini effettuata a livello del sistema nervoso centrale. Quando svoltate ad un angolo sarà prima il vostro capo , guidato dagli occhi, a girare, successivamente seguirà tutto il vostro corpo (e non viceversa)

L'occhio riesce a coordinare il movimento testa/collo e permettere di seguire un oggetto in movimento o mentre noi lo siamo, in correlazione con l'orecchio interno.

Permette una corretta sinergia dx/sx grazie a informazioni sopranucleari, nucleari (sostanza reticolare) e inferiori e allo scambio di informazioni dx/sx attraverso le commessure (bianca posteriore, corpo calloso,...).

Per far questo nel migliore dei modi gli occhi dovranno :

- a. fornire indicazioni più corrette possibile*
- b. essere paralleli al PIANO ORIZZONTALE*
- c. avere i reciproci ASSI sia verticali che orizzontali paralleli*
- d. avere un' ACUITA' VISIVA equivalente*
- e. non essere condizionati in alcun modo da CONTRATTURE MUSCOLARI*
- f. dovranno GUARDARE oltre che VEDERE entrambi"*

Ref.

7 Salteri S.E. *Mio caro dentista...occhio all'occhio* Il Corriere Ortodontico Vol III, maggio-giugno 2006 Ed. Orthomed

La visione sta alla base della vita poiché circa l'80% delle informazioni utili alla sopravvivenza e allo sviluppo dell'individuo passa per la vista mentre gli altri sensi si contendono il restante 20 %. La vista ha quindi il primato dei 5 sensi.

Un po' di storia

Per tutto il '900 i vizi refrattivi sono stati considerati soprattutto in modo meccanicistico e organicistico ma un folto gruppo Medici e di terapeuti, dal DR. W.H. Bates ai bioenergetici come Wilhelm Reich , Alexander Lowen, Georg Groddeck e anche Sigmund Freud avevano 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.

Oggi il mondo delle neuroscienze consente di avere molte chiavi di lettura del lavoro di Rieducazione Visiva.

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

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.

Di seguito, verrà descritto in quanti modi si può "stare meglio con i propri occhi" e dare un codice semplice da portare sempre in tasca o meglio da avere chiaro nella mente ed è il seguente :

- Dare al sistema corpo-mente la possibilità di muovere e di esprimersi;
- Dare al sistema corpo-mente più luce;
- Dare al sistema corpo-mente più respiro e più aria;
- Dare al sistema corpo-mente miglior cibo;
- Dare al sistema corpo-mente più emozioni

E quindi dare agli 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, e certamente è sufficiente indossarne uno più leggero. E' fondamentale comprendere che un solo paio di occhiali non può garantire il benessere visivo fisiologico di cui ha bisogno.

È importante 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 smette di aumentare proprio dopo 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.

Ma vediamo più nel dettaglio quale sono le basi per una corretta educazione visiva che possono rappresentare delle validissime linee guida per la prevenzione primaria già a cominciare dalla scuola materna.

Si parte dallo studio del monumentale lavoro del Dr. W.H. Bates che nacque a Newark, N.J., il 23 dicembre 1860, si laureò in lettere all'università di Cornell nel 1881 e conseguì la laurea in medicina nel collegio di medicina e chirurgia nel 1885.

Il Dr. Bates cominciò a praticare nella città di New York e prestò servizio per un certo periodo, in qualità di assistente clinico, all'ospedale oftalmico-acustico di Manhattan. Frequentò un

corso di medicina all'ospedale di Bellevue nel periodo 1886-1888, all'ospedale oftalmico di New York e presso i dispensari Northern e Northeastern tra il 1886 e il 1898. Divenne insegnante di oftalmologia nella scuola medica per laureati e nell'ospedale di New York e durante la sua attività professionale dedicò la sua attenzione, in primo luogo, ai diversi organi della testa per poi, in un secondo tempo, concentrarsi sulla funzione degli occhi. Nel 1894, mentre cercava di determinare l'effetto terapeutico sull'occhio dei principi attivi delle ghiandole endocrine, scoprì le proprietà astringenti ed emostatiche dell'estratto acquoso della capsula surrenale, commercializzata in seguito sotto il nome di adrenalina. Nel 1896 annunciò questa scoperta in un giornale letto davanti all'Accademia di Medicina di New York. Nel 1896 cominciò a rinunciare agli impegni ospedalieri per dedicarsi alla sperimentazione. Pubblicò un libro, "Vista perfetta senza occhiali" (1919), completamente a sue spese, dove esponeva le sue teorie per la maggior parte contrarie all'oftalmologia canonica. In questo libro espose le dinamiche della visione e spiegò perché la soluzione di delegare la funzione visiva solo all'uso dell'occhiale era penalizzante per l'intero sistema visivo.

Dalle sue osservazioni egli comprese che la funzione visiva corretta si basava sui seguenti principi:

- **Movimento**
- **Rilassamento**
- **Visione Centrale**
- **Immaginazione e Memoria**

Movimento

Il sistema visivo sano è dotato di occhi che si muovono naturalmente e in continuazione.

I movimenti oculari, pari a 3600 saccadi al minuto, non sono visibili a occhio nudo ma l'occhio che limita questo movimento nello svolgimento della sua funzione, crea una situazione di "sforzo" che è l'origine dei vizi refrattivi.

Il movimento fa parte della vita stessa, tutto è in perenne movimento, in trasformazione. Tutte le percezioni dell'individuo sono basate sul movimento; si percepisce il movimento delle cose e non le cose in sé, quindi il loro mutare.

Se l'occhio limita sempre più il suo movimento fino a fermarsi, e ciò è stato possibile solo in laboratorio, dopo un secondo e mezzo diventa cieco!

Bates constatò che gli occhi di chi aveva problemi visivi si muovevano molto meno di chi aveva una vista normale e questa rigidità coinvolgeva il corpo e l'atteggiamento mentale. La rigidità del corpo si accompagna all'apnea. Tale atteggiamento porta l'individuo a guardare "fisso" facendo fermare sia il movimento degli occhi che della mente.

L'educazione visiva fa del movimento uno degli argomenti più importanti poiché attraverso il ripristino del movimento è più facile arrivare al rilassamento. Movimento e rilassamento restituiscono la capacità di sostituire la cattiva abitudine del "fissare" con la buona abitudine di lasciare scorrere lo sguardo sul mondo che ci circonda.

Movimento e rilassamento camminano paralleli, non c'è buon movimento se non è rilassato, non c'è rilassamento se non attraverso una buona fase di movimento.

Il movimento scioglie le tensioni, restituisce naturalezza e fluidità. Tutti gli "esercizi" vertono sul principio del movimento. Il movimento parte dagli occhi per scendere ai vari segmenti del corpo. Il movimento è fisico ma è anche mentale attraverso l'utilizzo della visualizzazione che stimola l'immaginazione e la memoria, quindi anche movimento immaginato. Guardare fisso è assenza di movimento

Si provi a tenere un muscolo del braccio teso per 15 minuti e "si senta" quanto sia faticoso e quasi insostenibile. Si pensi adesso ai muscoli di un miope che sono perennemente sotto uno "sforzo" simile: una fatica terribile dovuta alla "fissità".

Ripristinare il movimento consente di avvertire subito un senso di rilassamento e di calma molto simile alla "tregua" in una battaglia senza fine.

Rilassamento

Il rilassamento è fondamentale in tutti gli esercizi del Metodo Bates.

La tensione, l'ansia, la fatica nel vedere rendono la vista sempre più scadente. Il Dr. Bates parlava di "sforzo", oggi più comunemente si parla di "stress". Lo "stress" è ormai un compagno quotidiano della vita di tutti ed è talmente radicato che molti non sanno neanche più come si possa vivere diversamente. È necessario comprendere che non si può rilassare

solamente una "parte" del proprio corpo come possono essere gli occhi. Il rilassamento deve essere un "nuovo" atteggiamento della mente, in tal modo si può accedere a un "nuovo" stato del sistema corpo-mente in grado di accendere un dialogo di scambio. Attraverso il movimento il corpo manda un messaggio alla mente di benessere e la mente nell'accoglierlo, consente al corpo il cambiamento di atteggiamenti sbagliati per ristabilire nuove e migliori abitudini.

Il rilassamento è un cambiamento totale di atteggiamento poiché consente di percepire il proprio corpo e le sue emozioni, consentirà di sciogliere antiche tensioni e farà emergere emozioni dimenticate. Il rilassamento dinamico porta una fluidità fisica e mentale che consente di migliorare le nostre funzioni. Una mente rilassata consente il movimento e soprattutto riceve le impressioni dell'occhio nel giusto modo e "vede" poiché quando la mente abbandona l'atteggiamento tensivo consente agli occhi di funzionare naturalmente, senza blocchi e quindi consente alle immagini di arrivare senza stress e fatica.

Quando la mente si rilassa i muscoli si rilassano, il globo oculare riacquista la sua forma originale e l'occhio "vede".

La Visione Centrale

Chi vede bene ha una buona mobilità, i movimenti dei suoi occhi sono invisibili ma velocissimi e guardano un punto per volta. Questo punto va portato sulla fovea centrale mediante il movimento fluido e veloce.

L'occhio umano può vedere bene solo un punto per volta quindi, se i movimenti dell'occhio sono velocissimi, vedrà una successione di punti che giungeranno al cervello in un modo così preciso che il cervello sarà in grado di riconoscere l'oggetto guardato senza esitazione alcuna.

Vedere un solo punto per volta in successione velocissima consente di inviare al cervello attraverso il nervo ottico una descrizione puntuale delle cose: ovvero punto per punto.

L'occhio umano vede un punto per volta. Se cerca di vedere tutto contemporaneamente si verifica il fenomeno della "diffusione" e quindi della "confusione": ciò che genera una cattiva vista. Per utilizzare al meglio la "visione centrale" che il Dr. Bates chiamava "central fixation" ed è stata tradotta con "fissazione centrale", bisogna ripristinare una buona motilità oculare cioè un buon "movimento". È quindi chiaro, a questo punto, che i tre principi base siano intimamente in connessione: il "movimento" deve essere "rilassato" e "centralizzato".

Immaginazione e Memoria

Il quarto elemento non è puntualizzato da Bates come legge ma è chiaramente implicito nei suoi scritti. Il Dr. Bates attribuiva una grande importanza al ruolo della memoria nell'atto del vedere. Egli intuì e comprese come la memoria e l'immaginazione integrano i tre principi base della sua metodica. Oggi le sue intuizioni sono confermati dai più moderni studi sul cervello e sul suo funzionamento. In particolare gli studi di neuroscienza convalidano sempre più il lavoro di ricerca del Dr. Bates.

Oggi si è a conoscenza che esistono diverse forme di funzionamento della memoria; si distingue tra memoria a breve, medio e lungo termine individuando così archi temporali diversi e progressivi. Quando esploriamo il mondo intorno a noi in un tempo velocissimo - si parla di microsecondi - facciamo una scansione del mondo esterno attraverso piccolissimi movimenti oculari chiamate saccadi. Le saccadi portano piccolissime zone di immagini in zona foveale, cioè nel punto di massima visione della retina. Questo movimento è assolutamente inconsapevole e se l'occhio è ben funzionante manda alla corteccia visiva una somma di parti di immagine che il cervello deve interpretare. A questo punto il cervello, che dispone di tutte queste "parti" di immagini si predispone a rielaborarle per poterle "riconoscere" e vedere nella loro completezza. Il "riconoscimento" presuppone una mediazione della memoria in quanto l'immagine ricevuta è rielaborata dalla memoria.

Il percorso dell'immagine è quindi il seguente:

Sensazione > saccadi > scansione immagine > retina > memoria immagine > riconoscimento > centro visivo.

Se i movimenti delle saccadi rallentano e le immagini ricevute saranno imperfette ma entro certi limiti, le parti mancanti verranno "ricostruite" dalla memoria e quindi viste a livello corteccia.

Poiché la fovea è in grado di percepire solo una piccolissima area del campo visivo "scansionato" si intuisce molto bene quanto la memoria sia determinante nella ricostruzione dell'immagine poiché se non si è in grado di attingere alla memoria delle immagini precedentemente viste non si è in grado di "riconoscere" e quindi di "vedere".

Se insorgono alterazioni che "bloccano" il buon uso della memoria, l'immagine viene ricostruita con minore accuratezza nei dettagli, si impoverisce in luminosità, profondità e in distanza, consentendo solo l'individuazione degli elementi più vicini e grossolani.

Si comprende quindi come il "vedere" sia un'azione passiva e attiva nello stesso tempo. Dall'esterno si ricevono impulsi luminosi e dall'interno si proiettano consciamente e inconsciamente altri dati che servono a decifrarli. Per potere elaborare i dati ricevuti dalla fovea centrale la memoria è integrata dall'immaginazione.

Conclusioni

"Ortottica Sistemica" quindi vuole essere una vera e propria cultura della meravigliosa avventura del Vedere mediante la quale il paziente raggiunge il massimo delle sue capacità visive portando in tutto il suo sistema vivente un miglioramento globale che si riflette non solo sulla qualità della vista bensì sul miglioramento della proprio vita per un miglior equilibrio, una maggior fluidità del movimento e una migliore capacità di vedere

La memoria forma e condiziona la nostra esperienza; ciò che la nostra memoria presuppone di vedere, ciò che si "immagina" di vedere è esattamente ciò che noi vediamo.

Vedere è ciò che si immagina di vedere.

Memoria e immaginazione sono strettamente correlate per consentire alla funzione visiva l'interpretazione continua del mondo che ci circonda.

Bibliografia:

- Bates, H.W., *Vista Perfetta senza occhiali - "Memoria come Supporto alla Visione"* (N. Y. Med. Jour., 24 maggio 1919).
- Bottaccioli, Franco, *Psiconeuroendocrinoimmunologia*, Ed. Red
- Brofman, Martin, *Guarisci la tua vista*, Ed. Tea
- Casco, Clara, *Vedere*, Ed. Bollati Boringheri
- Craia, Vittorio, *Il Blocco Oculare Energetico*, Ed Nuova Ipsa
- Cusani, Maurizio, *Psicosomatica oculare*, Ed. La Lontra
- Hughes, Barbara, *Vedere bene senza occhiali*, Ed. Pan
- Kaplan, Roberto, *Dimmi come vedi e ti dirò come sei*, Ed Il punto d'incontro
- Lattuada, Pierluigi, *Per Vedere Bene*, Ed. Meb
- Lowen, Alexander, *Il Linguaggio del corpo*, Ed. Feltrinelli
- Marchesi, Fabio, *La Luce che cura*, Ed Tecniche Nuove
- Paliaga, Giampaolo, *I vizi di refrazione*, Ed Minerva Medica
- Passebecq, A.J., *La salute dei vostri occhi*, Ed. Musimeci
- Pert, Candace, *Molecole di Emozioni*, Ed. Tea
- Salteri S.E. *Mio caro dentista...occhio all'occhio* Il Corriere Ortodontico Vol III, maggio-giugno 2006 Ed. Orthomed
- Dennis Lewis, *Respirazione naturale*, ed Natura & Salute

-

- www.modellidicomunicazione.com