

Muscoli d'acciaio, vista cristallina Nel rugby, chi più vede, più vince



www.sportsvisionnetwork.it

Da quando gli azzurri partecipano al Torneo 6 Nazioni, il rugby italiano è salito agli onori delle telecronache in diretta e il numero degli appassionati continua a salire. Cognomi come Parisse, Lo Cicero e Bergamasco hanno quasi raggiunto la fama dei calciatori. Vedere entrare nel prato verde del Millenium Stadium (Galles) o del Twickenham (Inghilterra) i nostri "Tir" colorati d'azzurro dà una grande emozione. Il rugby è un fantastico gioco di squadra dove i muscoli del pacchetto di mischia interagiscono con i veloci "avanti". Tanta potenza e dinamismo non servirebbero a nulla se gli atleti non avessero anche un'ottima qualità visiva, visione periferica e acuità visiva dinamica (vedere perfettamente bene in movimento). Per passare la palla ovale al compagno che sta dietro, mai avanti, ci vuole un rapido colpo d'occhio. La percezione della profondità e delle distanze è indispensabile per percepire in modo rapido e preciso la posizione dei compagni di squadra da parte di chi è in possesso della palla ovale. L'organo della vista è così importante nel rugby che molti allenatori inseriscono nel loro programma di potenziamento atletico anche alcuni esercizi per migliorare la visione periferica.



Gli Ottici e Optometristi (www.sportsvisionnetwork) che hanno approfondito le tematiche della visione nello sport evidenziano che le lenti a contatto possono perfezionare l'acutezza visiva, migliorare la percezione di



Le lenti a contatto e lo sport

Nel rugby, come in genere in tutti gli sport, si è sempre pensato che un atleta, per emergere, dovesse soprattutto potenziare i muscoli. Da alcuni anni, però, molti atleti professionisti, allenatori e appassionati sportivi, hanno finalmente capito che allenare la qualità visiva è un'attività altrettanto importante per raggiungere performance migliori. Molte persone con difetti visivi praticano lo sport senza nessuna correzione visiva, alcuni utilizzano gli occhiali, altri le lenti a contatto o si affidano alla chirurgia refrattiva. La necessità di avere una buona qualità visiva quando viene svolta un'attività sportiva e, più in generale, durante la vita di tutti i giorni, è riconosciuta fondamentale dalla maggioranza delle persone. Eppure c'è poca attenzione nella prevenzione e nella correzione dei difetti visivi.

Una visione non adeguata tende a sviluppare atteggiamenti posturali scorretti, cioè il corpo assume posizioni ed esegue movimenti innaturali per compensare le mancanze del sistema visivo.

profondità, la coordinazione occhio-mano, la sensibilità al contrasto e l'acutezza visiva dinamica. Negli ultimi anni, tecnologie innovative hanno permesso di realizzare lenti a contatto morbide specifiche per lo sport come le lenti filtranti NikeMaxSight™ by Bausch & Lomb.

Per chi pratica lo sport e ama la vita dinamica troverà interessante l'ultima generazione di lenti a contatto morbide giornaliere di Bausch & Lomb: le SoftLens® daily disposable. Grazie all'innovativo disegno della superficie ottica esterna, la qualità generale della visione è migliorata, tanto che si parla di Visione ad Alta Definizione: contrasti precisi, nitidezza dei dettagli, brillantezza dei colori. Questi miglioramenti sono apprezzati soprattutto in presenza di condizioni ambientali non perfette: luce crepuscolare, scarsa visibilità, bassa illuminazione. Volete mettere fare una meta in una partita notturna!

Bausch & Lomb
Perfecting Vision. Enhancing Life.™

www.bausch.it

Oltre ai muscoli, allenate gli occhi: chi vede meglio la porta fa più gol

C'è un modo infallibile per capire se un calciatore è un campione o uno dei tanti "porta borracce" del rettangolo verde. Fate attenzione: se ha la palla al piede e tiene la testa bella alta, è un numero 10 di classe cristallina. Questa posizione del capo non significa fiera e arroganza, ma visione di gioco. E di un centravanti che macina gol su gol non si dice forse che vede sempre la porta? Nel calcio l'organo della vista è fondamentale. Medici e tecnici dell'Accademia Europea di SportsVision (www.easv.org) vi potrebbero intrattenere giornate intere, senza annoiarvi, su argomenti quali acuità visiva dinamica, visione periferica, movimenti oculari e coordinazione occhio-piede. Nel gioco del calcio, come in qualsiasi altro sport, il sistema visivo è continuamente sollecitato. L'occhio deve prevedere i movimenti propri, dei compagni di squadra e dell'avversario, la velocità dell'azione e del pallone. Tutte le azioni di gioco ruotano attorno alla prontezza dei riflessi dell'apparato visivo e, quindi, la velocità nel prendere decisioni in base alle informazioni visive captate può fare la differenza. Ogni giocatore deve visualizzare subito le tattiche, "vedere" gli schemi per dettare passaggi smarcanti, indirizzare la palla in una precisa zona del campo.

menti posturali scorretti, cioè il corpo assume posizioni ed esegue movimenti innaturali per compensare le mancanze del sistema visivo.

Gli Ottici e Optometristi (www.sportsvisionnetwork) che hanno approfondito le tematiche della visione nello sport evidenziano che le lenti a contatto possono perfezionare l'acutezza visiva, migliorare la percezione di profondità, la coordinazione occhio-mano, la sensibilità al contrasto e l'acutezza visiva dinamica. Negli ultimi anni, tecnologie innovative hanno permesso di realizzare lenti a contatto morbide specifiche per lo sport come le lenti filtranti NikeMaxSight™ by Bausch & Lomb.

Per chi pratica lo sport e ama la vita dinamica troverà interessante l'ultima generazione di lenti a contatto morbide giornaliere di Bausch & Lomb: le SofLens® daily disposable. Grazie all'innovativo disegno della superficie ottica esterna, la qualità generale della visione è migliorata, tanto che si parla di Visione ad Alta Definizione: contrasti precisi, nitidezza dei dettagli, brillantezza dei colori. Questi miglioramenti sono apprezzati soprattutto in presenza di condizioni ambientali non perfette: luce crepuscolare, scarsa visibilità, bassa illuminazione. Volete mettere segnare un gol in una partita notturna!



Le lenti a contatto e lo sport

Nello sport si è sempre pensato che un atleta, per emergere, dovesse soprattutto allenare i muscoli per potenziare le sue doti fisiche e atletiche. Da alcuni anni, però, molti atleti professionisti, ma anche il numeroso esercito di sportivi appassionati, hanno finalmente capito che allenare la qualità visiva è un'attività altrettanto importante per raggiungere performance migliori.

Molte persone con difetti visivi praticano lo sport senza nessuna correzione visiva (i maligni qui porterebbero ad esempio qualche rappresentante della classe arbitrale), alcuni utilizzano gli occhiali, altri le lenti a contatto o si affidano alla chirurgia refrattiva. La necessità di avere una buona qualità visiva quando viene svolta un'attività sportiva e, più in generale, durante la vita di tutti i giorni, è riconosciuta fondamentale dalla maggioranza delle persone. Eppure c'è poca attenzione nella prevenzione e nella correzione dei difetti visivi.

Una visione non adeguata tende a sviluppare atteggiamenti

Bausch & Lomb in quattro parole: Perfecting Vision, Enhancing Life

Bausch & Lomb è un leader autorevole e riconosciuto tra le aziende di ottica e oftalmologia. Nel corso di oltre 150 anni la Società ha sviluppato prodotti rivoluzionari. Nel 1971, ad esempio, ha presentato la prima lente a contatto morbida al mondo, una novità di enorme successo. Oggi Bausch & Lomb è una società globale dedicata alla cura degli occhi che si pone una importante missione: presentare prodotti innovativi per migliorare la vita delle persone nel rispetto della loro salute. La tecnologia di Bausch & Lomb è attualmente impegnata in tre aree: lenti a contatto e prodotti per la loro manutenzione, strumentazioni per uso chirurgico e prodotti farmaceutici per la salute oculare.

Bausch & Lomb

www.bausch.it

Perfecting Vision. Enhancing Life.™

Se la palla è out lo dice l'occhio elettronico Se è dentro il merito è dell'occhio del tennista

Nel tennis si può vincere o perdere per pochi centimetri. Quando il giudice di linea urla "out" partono i replay alla TV: la palla è dentro, è fuori? A secondo della decisione del giudice arbitro, i tennisti hanno reazioni diverse. Il geniale John McEnroe apriva divertenti siparietti con una sequenza irripetibile di parolacce e battute storiche ("Se quella palla è uscita, tu sei un cappellone" disse ad un giudice calvo). Il più posato Roger Federer si limita ad uno sguardo perplessito. Il problema non esiste sulle battute: se sono fuori lo segnala un "occhio" elettronico (il Ciclope) con un "bip". Questo per dire che nel tennis vederci bene non basta, bisogna avere una visione perfetta. Calcolare al millimetro un passante lungo linea o piazzare un ace, il tutto svolto con movimenti veloci e potenti, richiede un coordinamento occhio-mano strepitoso. L'organo della vista gioca un ruolo decisivo. Velocità di percezione e rapidità di risposta, ecco i segreti. Per far sì che le risposte siano prese in anticipo, le immagini che arrivano nell'occhio devono essere pulite e corrette, quindi -in una frazione di secondo- vengono rapidamente trasmesse al cervello che le elabora con immediato input neuro-muscolare.



Gli Ottici e Optometristi (www.sportsvisionnetwork) che hanno approfondito le tematiche della visione nello sport evidenziano che le lenti a contatto possono perfezionare l'acutezza visiva, migliorare la percezione di



Le lenti a contatto e lo sport

Nel tennis, come in genere in tutti gli sport, si è sempre pensato che un atleta, per emergere, dovesse soprattutto potenziare i muscoli. Da alcuni anni, però, molti atleti professionisti, allenatori e appassionati sportivi, hanno finalmente capito che allenare la qualità visiva è un'attività altrettanto importante per raggiungere performance migliori. Molte persone con difetti visivi praticano lo sport senza nessuna correzione visiva, alcuni utilizzano gli occhiali, altri le lenti a contatto o si affidano alla chirurgia refrattiva. La necessità di avere una buona qualità visiva quando viene svolta un'attività sportiva e, più in generale, durante la vita di tutti i giorni, è riconosciuta fondamentale dalla maggioranza delle persone. Eppure c'è poca attenzione nella prevenzione e nella correzione dei difetti visivi.

Una visione non adeguata tende a sviluppare atteggiamenti posturali scorretti, cioè il corpo assume posizioni ed esegue movimenti innaturali per compensare le mancanze del sistema visivo.

profondità, la coordinazione occhio-mano, la sensibilità al contrasto e l'acutezza visiva dinamica. Negli ultimi anni, tecnologie innovative hanno permesso di realizzare lenti a contatto morbide specifiche per lo sport come le lenti filtranti NikeMaxSight™ by Bausch & Lomb.

Per chi pratica lo sport e ama la vita dinamica troverà interessante l'ultima generazione di lenti a contatto morbide giornaliere di Bausch & Lomb: le SofLens® daily disposable. Grazie all'innovativo disegno della superficie ottica esterna, la qualità generale della visione è migliorata, tanto che si parla di Visione ad Alta Definizione: contrasti precisi, nitidezza dei dettagli, brillantezza dei colori. Questi miglioramenti sono apprezzati soprattutto in presenza di condizioni ambientali non perfette: luce crepuscolare, scarsa visibilità, bassa illuminazione.

Non sarebbe una cattiva idea fornire le SofLens® daily disposable a qualche giudice di linea.

Bausch & Lomb
Perfecting Vision. Enhancing Life.™

www.bausch.it