

Torna alla ricerca |  Stampa la pagina

Sezione: **varie**

Pagina: **13**

---

**(23 dicembre 2000) Sport Week**

## perche' quando si scia con visibilita' molto ridotta si perde l' equilibrio ?

**monica colleri, firenze**

"Quando la visibilita' e' molto ridotta, per esempio in caso di bufera sulle piste, il muscolo interno dell' occhio si viene a trovare in una posizione di fuoco sfalsata. Lo sciatore crede di fissare con lo sguardo un punto ideale a 30 metri, ma la messa a fuoco non corrisponde a quella distanza, e al cervello arrivano stimoli contraddittori che causano un conflitto percettivo". Si spiega cosi' , per il professor Vittorio Roncagli, presidente dell' Accademia Europea di Sport Vision, quella sensazione di smarrimento che quasi tutti gli sciatori hanno provato almeno una volta sulle piste, la cui conseguenza piu' immediata e' la perdita d' equilibrio, con conseguente rischio di cadute. "Anche negli aviatori" continua il professore "si puo' verificare un fenomeno simile, mentre un automobilista che guida nella nebbia non prova la stessa sensazione perche' la sua posizione all' interno dell' abitacolo della vettura e' statica. Sugli sci, le reazioni variano da individuo a individuo. Il trucco per riequilibrare la percezione visiva e' rallentare l' andatura e cercare un punto di riferimento visibile, possibilmente non in basso. Cosi' facendo, i sintomi diminuiscono nel giro di pochi secondi". n.o.