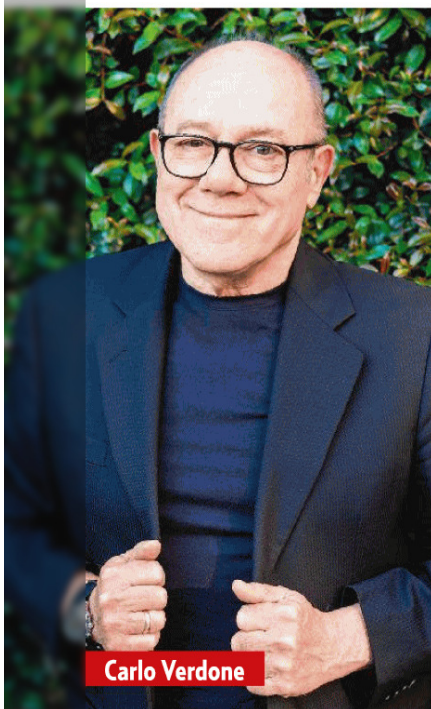


GENTE Salute PERCHÉ È IMPORTANTE L'ESAME DEL FONDO OCULARE

NEGLI OCCHI VEDIAMO COME STA IL NOSTRO CORPO

LA RETINA È COME UNA FINESTRA SUL FISICO, PUÒ ESSERE IL PRIMO LUOGO DOVE SI MANIFESTANO ALCUNE PATOLOGIE COME «DIABETE, IPERTENSIONE, ANEMIE E MALATTIE AUTOIMMUNI», SPIEGA L'ESPERTO



Carlo Verdone



Bono Vox



Whoopi Goldberg

L'INVITO A CONTROLLARSI

L'esame del fondo oculare è un modo per controllare l'ipertensione, invito spesso veicolato da Carlo Verdone, 75. Bono Vox, 66, e Whoopi Goldberg, 70, soffrono di glaucoma, patologia che si può scoprire tramite questo esame.

di Francesca Solari

Può una visita oculistica guidare verso la diagnosi di patologie come diabete, ipertensione, malattie infettive o neurologiche? Il nesso non risulta immediato, ma la risposta è sì. Esiste, in particolare, un esame, quello del fondo oculare che, soprattutto in sinergia con altri test, può svelare indicazioni preziose sullo stato di salute globale di una persona.

Si tratta di una procedura di routine, a cui l'oculista sottopone sia i pazienti astigmatici, presbiti, ipermetropi o miopi, sia persone con disturbi più complessi, come cataratta, maculopatie o glaucoma.

UNA "MAPPA" RIVELATRICE

«L'esame del fondo oculare o *fundus* permette di osservare direttamente la parte posteriore dell'occhio, la retina», spiega Carlo Nucci, professore di Oftalmologia presso l'Università degli

Studi di Roma Tor Vergata e Presidente della Società oftalmologi universitari. «Questo è l'unico distretto del nostro corpo in cui è possibile visualizzare direttamente, in modo non invasivo, una struttura del sistema nervoso come il nervo ottico e le caratteristiche di arterie e vene che possono fornire indicazioni importanti». Le informazioni ottenute attraverso questo esame, che in qualche misura offre una "finestra" sul microcircolo sistemico, possono essere



LA VISITA

Un'analisi
profilica l'esame del
fondo oculare
a una paziente. In
basso, il medico
esperto, il professor
Carlo Nucci.

perfezionate con ulteriori indagini strumentali: l'Oct (Tomografia a Coerenza Ottica), che permette di ottenere immagini ad altissima risoluzione del nervo ottico e degli strati anatomici della macula – la porzione di retina deputata alla visione distinta – e l'angio-OCT, che mappa la microcircolazione della retina e della coroide. Si possono così individuare segni dell'ipertensione arteriosa sistemica, patologia che il regista Carlo Verdone ha definito "killer silenzioso". «L'ipertensione lascia tracce inequivocabili sui vasi della retina, come la riduzione del calibro arterioso o i caratteristici incroci arterovenosi di aspetto patologico. Trattandosi di una condizione comune dai 45 anni, non di rado il medico internista manda il paziente dall'oculista per trovare conferma diagnostica attraverso il fundus».

Un'altra malattia sistemica chiaramente visibile da questo esame è il diabete.

LE LESIONI CHE PARLANO

«Osservando la retina l'oculista può scorgere i primissimi segnali della retinopatia diabetica, come microemorragie, microaneurismi o essudati». Ma la lista è lunghissima: il fondo oculare può rivelare malattie del sangue come anemie e leucemie sotto forma di emorragie retiniche, o patologie autoimmuni come il lupus, che attaccano la circolazione retinica creando caratteristici "manicotti" biancastri attorno ai vasi. Persino malattie infettive come la toxoplasmosi, la tubercolosi o l'Hiv possono lasciare lesioni ben identificabili sulla retina; mentre la presenza di microemboli retinici può segnalare problemi alle



Carlo Nucci
oftalmologo

**«ANCHE LA
RETINOPATIA
PUÒ ESSERE
INDIVIDUATA
COSÌ»**

VIVERE MEGLIO

Chiedilo al dottore

**CORTISOLO ALTO
E STRESS: COME
AFFRONTARLI**

Espresso
**NICCOLÒ
BONACCORSO**
Medico chirurgo,
esperto in malattie
endocrine,
ipertensione
e cardiologia



Ho 45 anni, lavoro molto e vivo spesso sotto pressione. Dormo ma mi sveglio stanca, ho difficoltà a concentrarmi e noto che il mio corpo è cambiato. Ho letto che lo stress cronico può accelerare l'invecchiamento attraverso il cortisolo. È davvero possibile? E come si può intervenire?

Risposta

Lo stress cronico non è soltanto una sensazione psicologica: può influenzare diversi sistemi biologici, compresi quelli coinvolti nell'invecchiamento. Il cortisolo è un ormone indispensabile, prodotto dalle ghiandole surrenali, che contribuisce a regolare metabolismo, risposta immunitaria e ritmo sonno-veglia. Il problema non è avere il cortisolo alto in assoluto, ma un'alterazione persistente della sua regolazione. Quando lo stress diventa cronico, possono verificarsi modificazioni dell'asse ipotalamo-ipofisario, con possibili ripercussioni sul sonno, sulla glicemia, sulla pressione arteriosa e sul processo infiammatorio. Il primo intervento non consiste nell'assumere prodotti per abbassarlo, ma nell'individuare i fattori che mantengono attiva la risposta allo stress. Attività fisica regolare, sonno adeguato, tecniche di gestione dello stress e un'alimentazione equilibrata possono contribuire a migliorare la regolazione neuroendocrina. In presenza di stanchezza persistente o sintomi specifici, è importante una valutazione medica.

IMMRS 117



TESTIMONIAL
Roberto Tognoli,
71 anni, è stato
testimoniato
per una campagna
di prevenzione
del glaucoma,
patologia che può
colpire anche
ma che può essere
curata se presa
in tempo.

E LA GREGORACI INVITA ALLA PREVENZIONE



Sono circa 60 mila le donne che quest'anno, in Italia, riceveranno una diagnosi di tumore al seno: la neoplasia – che rappresenta il 30% dei tumori femminili – nell'arco della vita può colpire una donna su sette. Vista che ottobre è il mese della prevenzione, la campagna LILT for Women – Nostro Rosa 2026 invita a fare "il primo passo", a partire dall'autopalpazione, un gesto semplice per conoscere il proprio corpo, affiancandolo a visite, controlli e screening. Grazie ai progressi diagnostici e terapeutici, la sopravvivenza a cinque anni supera l'88% e dal 2000 la mortalità è in calo. Il 40% dei casi potrebbe essere evitato con corretti stili di vita. Lo sottolineano i dati e lo ribadisce il chirurgo oncologo Francesco Schittulli, presidente di LILT. A sostegno della campagna è schierata anche Elisabetta Gregoraci, 46 anni, da tempo ambasciatrice della Lega Italiana per la lotta contro i tumori, che ha saputo trasformare un dolore privato in un impegno pubblico. «Non si tratta di un semplice impegno professionale, la prevenzione è un tema che mi tocca nel profondo», dice la conduttrice con la consapevolezza di chi ha conosciuto da vicino il tumore al seno. Nel 2019, infatti, a causa della malattia ha perso sua madre Marina. «Non rimandate i controlli e non abbiate paura di farlo», conclude Gregoraci. «La prevenzione può salvare la vita».

B.M.

► carotidi o al cuore non ancora diagnosticati». Non va poi dimenticato il legame con il cervello. «Poiché il nervo ottico è in diretta continuità con l'encefalo, la presenza di un papilledema, cioè un gonfiore del nervo, può fungere da campanello d'allarme per ipertensione endocranica, emorragie o tumori cerebrali». La ricerca si sta inoltre concentrando, in via sperimentale, sulla possibilità di predire patologie degenerative del sistema nervoso quali malattia di Alzheimer, Parkinson e

Sclerosi multipla. «Si sta sviluppando una disciplina, l'oculomica, che si focalizza su biomarcatori predittivi integrando, come strumenti, esame del fondo oculare, OCT, angio-OCT e intelligenza artificiale».

LE MANIFESTAZIONI

Volendo, in conclusione, considerare il legame in modo inverso, esistono malattie sistemiche che comportano problemi agli occhi? «Certamente, numerose malattie sistemiche possono avere manifestazioni oculari. Il

diabete, per esempio, espone a un forte rischio di cataratta precoce e retinopatia, mentre ipertensione, aterosclerosi e dislipidemia possono comportare degenerazioni maculari». «Spia» e bersaglio al tempo stesso, l'occhio è dunque correlato molto strettamente al benessere dell'intero organismo: una ragione in più per non mancare l'appuntamento con l'oftalmologo, «guardando» letteralmente oltre questioni di occhiali e diottrie.

Francesca Solari

LA RETINA È COME UNA FINESTRA SUL FISICO, PUÒ ESSERE IL PRIMO LUOGO DOVE SI MANIFESTANO ALCUNE PATOLOGIE COME «DIABETE, IPERTENSIONE, ANEMIE E MALATTIE AUTOIMMUNI», SPIEGA L'ESPERTO

di Francesca Solari

Può una visita oculistica guidare verso la diagnosi di patologie come diabete, ipertensione, malattie infettive o neurologiche?

Il nesso non risulta immediato, ma la risposta è sì.

Esiste, in particolare, un esame, quello del fondo oculare che, soprattutto in sinergia con altri test, può svelare indicazioni preziose sullo stato di salute globale di una persona.

Si tratta di una procedura di routine, a cui l'oculista sottopone sia i pazienti astigmatici, presbiti, ipermetropi o miopi, sia persone con disturbi più complessi, come cataratta, maculopatie o glaucoma.

UNA "MAPPA" RIVELATRICE L'esame del fondo oculare o fundus permette di osservare direttamente la parte posteriore dell'occhio, la retina, spiega Carlo Nucci, professore di Oftalmologia presso l'**Università** degli Studi di Roma **Tor Vergata** e Presidente della Società oftalmologi universitari.

Questo è l'unico distretto del nostro corpo in cui è possibile visualizzare direttamente, in modo non invasivo, una struttura del sistema nervoso come il nervo ottico e le caratteristiche di arterie e vene che possono fornire indicazioni importanti.

Le informazioni ottenute attraverso questo esame, che in qualche misura offre una "finestra" sul microcircolo sistemico, possono essere perfezionate con ulteriori indagini strumentali: l'OCT (Tomografia a Coerenza Ottica), che permette di ottenere immagini ad altissima risoluzione del nervo ottico e degli strati anatomici della macula la porzione di retina deputata alla visione distinta e l'angio-OCT, che mappa la microcircolazione della retina e della coroide.

Si possono così individuare segni dell'ipertensione arteriosa sistemica, patologia che il regista Carlo Verdone ha definito "killer silenzioso".

L'ipertensione lascia tracce inequivocabili sui vasi della retina, come la riduzione del calibro arterioso o i caratteristici incroci arterovenosi di aspetto patologico.

Trattandosi di una condizione comune dai 45 anni, non di rado il medico internista manda il paziente dall'oculista per trovare conferma diagnostica attraverso il fundus.

Un'altra malattia sistemica chiaramente visibile da

questo esame è il diabete.

LE LESIONI CHE PARLANO Osservando la retina l'oculista può scorgere i primissimi segnali della retinopatia diabetica, come microemorragie, microaneurismi o essudati.

Ma la lista è lunghissima: il fondo oculare può rivelare malattie del sangue come anemie e leucemie sotto forma di emorragie retiniche, o patologie autoimmuni come il lupus, che attaccano la circolazione retinica creando caratteristici "manicotti" biancastri attorno ai vasi.

Persino malattie infettive come la toxoplasmosi, la tubercolosi o l'Hiv possono lasciare lesioni ben identificabili sulla retina; mentre la presenza di microemboli retinici può segnalare problemi alle carotidi o al cuore non ancora diagnosticati.

Non va poi dimenticato il legame con il cervello.

Poiché il nervo ottico è in diretta continuità con l'encefalo, la presenza di un papilledema, cioè un gonfiore del nervo, può fungere da campanello d'allarme per ipertensione endocranica, emorragie o tumori cerebrali.

La ricerca si sta inoltre concentrando, in via sperimentale, sulla possibilità di predire patologie degenerative del sistema nervoso quali malattia di Alzheimer, Parkinson e Sclerosi multipla.

Si sta sviluppando una disciplina, l'oculomica, che si focalizza su biomarcatori predittivi integrando, come strumenti, esame del fondo oculare, OCT, angio-OCT e intelligenza artificiale.

LE MANIFESTAZIONI Volendo, in conclusione, considerare il legame in modo inverso, esistono malattie sistemiche che comportano problemi agli occhi?

Certamente, numerose malattie sistemiche possono avere manifestazioni oculari.

Il diabete, per esempio, espone a un forte rischio di cataratta precoce e retinopatia, mentre ipertensione, aterosclerosi e dislipidemia possono comportare degenerazioni maculari.

"Spia" e bersaglio al tempo stesso, l'occhio è dunque correlato molto strettamente al benessere dell'intero organismo: una ragione in più per non mancare l'appuntamento con l'oftalmologo, "guardando" letteralmente oltre questioni di occhiali e diottrie.

Francesca Solari