



I NOSTRI OCCHI NON SONO NATI PER GLI SCHERMI

**Dalla ricerca scientifica Hoya nasce Sync:
la nuova generazione di lenti oftalmiche
progettate per la protezione dall'affaticamento visivo digitale**

La nostra vista in un mondo sempre più digitale

La rivoluzione tecnologica ha cambiato drasticamente stili di vita e abitudini visive.

Ogni giorno i nostri occhi rispondono a migliaia di stimoli digitali. Secondo una ricerca condotta da Captain Cook Research per conto di Hoya¹⁾ - azienda giapponese di primo piano nel settore delle lenti da vista - ogni giorno tra utilizzo di smartphone, computer, tablet, tv e altri dispositivi, la maggior parte delle persone trascorre in **media 8-10 ore (con picchi fino a 15 ore) guardando schermi a distanza ravvicinata** (il 33% da 3 a 5 ore, il 32% da 6 a 9 ore e il 28% oltre le 10 ore).

La prolungata esposizione agli schermi digitali è accentuata dalla pratica sempre più diffusa di utilizzare **contemporaneamente più dispositivi**: smartphone e portatile (64%), smartphone e pc (56%), smartphone e tablet (50%)²⁾.

Una consuetudine che, tra continue messe a fuoco e cambi di intensità della luce, richiede costanti e rapidi adattamenti visivi, causando il cosiddetto **“stress accomodativo”**.

L'utilizzo di tali dispositivi, comporta la fruizione ad una **distanza di visione ravvicinata (mediamente tra i 20 e i 40 cm)** e la concentrazione su immagini e testi in movimento e di ridotte dimensioni: uno sforzo visivo che attiva continuamente il sistema accomodativo dei nostri occhi, con una incessante richiesta di rimbalzo della messa a fuoco.

Infatti, nell'arco di un'ora una persona adulta impegnata nell'utilizzo di dispositivi digitali **cambia il punto di messa a fuoco in media 333 volte (con un picco di 745 volte per alcuni soggetti)** e - in media - nessuna singola messa a fuoco dura più di 6 minuti su uno stesso monitor (tv esclusa)¹⁾.

Come reagiscono i nostri occhi ai continui stimoli digitali?

I 5 sintomi più frequenti dell'eccessivo utilizzo di tecnologia

Le implicazioni di questi comportamenti visivi, in crescita esponenziale nel corso degli ultimi dieci anni, si manifestano con sintomi diversi, tra i quali questi cinque sono i più frequenti:

- irritazione degli occhi per la visione prolungata di schermi retroilluminati
- secchezza oculare causata dalla scarsa lubrificazione dovuta al ridotto ammiccamento
- visione offuscata a intermittenza dovuta all'eccessiva luminosità dei supporti
- mal di testa per stanchezza anche dopo sole due ore di utilizzo³⁾.
- dolori posturali in più parti del corpo

Infine, a generare ulteriore attenzione circa la necessità di proteggere in modo efficace i nostri occhi dalla “visione multi-device” è l'allarme diffuso che stima che nei prossimi 50 anni la digitalizzazione contribuirà sensibilmente ad un aumento generalizzato della miopia nella popolazione mondiale⁴⁾. Infatti, l'insorgenza e sviluppo di tale disturbo visivo è multifattoriale: dipende non soltanto da fattori genetici, ma anche da altre possibili cause, tra cui si annovera anche l'intensiva visione a distanze ravvicinate.

La soluzione: le nuove lenti Sync di Hoya per una visione ottimale multi-screen

Per rispondere alle moderne esigenze di un uso sempre più intensivo dei dispositivi digitali e ridurre l'impatto sui nostri occhi, nasce **Sync, la nuova linea di lenti monofocali evolute a supporto accomodativo**.

Frutto di ingenti investimenti in ricerca e sviluppo, supportati da approfondite indagini scientifiche sul comportamento umano¹⁾, la linea Sync di Hoya nasce con l'obiettivo di prevenire o ridurre i disturbi di affaticamento visivo migliorando il comfort degli occhi durante l'utilizzo di device digitali a distanza ravvicinata.

Le lenti Sync consentono una visione ottimale da lontano e presentano, in particolare, una "zona potenziata" nella parte inferiore della lente, ottimizzata per la visione da vicino. Una soluzione che favorisce il rilassamento dei muscoli oculari e consente una più facile messa a fuoco alleviando lo stress degli occhi in occasione di attività prolungate su schermi digitali.



Studiate per soddisfare le esigenze di un ampio pubblico di utenti, queste lenti sono disponibili in tre varianti con zone potenziate diverse, in base all'effettiva necessità di supporto da vicino e all'intensità dei sintomi di affaticamento visivo*.

Progettate per un'ampia fascia di utenti, le lenti Sync coprono un range di età tra i 13-45 anni: dai più giovani ai pre-presbiteri che necessitano di un supporto per affrontare il passaggio alla presbiopia.

In particolare, sono rivolte a:

- ragazzi e studenti sempre sui libri e assidui fruitori di smartphone e tablet
- tutti coloro che trascorrono più di 2 ore osservando schermi digitali o svolgendo attività ravvicinate, sia che vedano bene o che abbiano difetti visivi
- giovani presbiteri, che intorno ai 40 anni perdono fisiologicamente l'elasticità del cristallino e devono allungare le braccia per allontanare il device nella messa a fuoco

La lente a supporto accomodativo è compatibile con le diverse tipologie di correzione oftalmica di compensazione del difetto di refrazione, quali miopia, astigmatismo, ipermetropia. In questi casi alla correzione del difetto visivo viene aggiunto il plus di un ulteriore supporto per l'ottimale messa a fuoco da vicino e multi-device.

Consigli anti-stress oculare da overdose digitale: la regola del 20/20/20

Le abitudini moderne e le modalità di lavoro prevedono un uso intensivo di dispositivi digitali da cui ormai non si può più prescindere.

Oltre a munirsi di lenti a supporto accomodativo Sync di Hoya, per alleviare i sintomi si consiglia di seguire la regola dei 20-20-20: 20 secondi di pausa ogni 20 minuti guardando a 20 piedi di distanza 6 metri⁵⁾.

PER PREVENIRE L'AFFATICAMENTO VISIVO DIGITALE



<https://www.aoa.org/patients-and-public/caring-for-your-vision/protecting-your-vision/computer-vision-syndrome>

A proposito di Hoya

Fondata in Giappone, a Tokyo, nel 1941, Hoya è una multinazionale med-tech leader nella produzione e distribuzione di importanti prodotti high-tech e medicali. Hoya opera principalmente nei segmenti Healthcare e Information Technology e produce lenti da vista, endoscopi, lenti intraoculari, lenti ottiche e component per semiconduttori, pannelli LCD e HDD. L'organizzazione di Hoya è composta da oltre 150 tra uffici e filiali, con oltre 34.000 dipendenti in tutto il mondo. In Italia l'azienda vanta 200 collaboratori e un sito produttivo all'avanguardia per la produzione di lenti oftalmiche di ultima generazione.

www.hoyavision.it

Note:

- 1) CaptainCook Research. Digital behaviour and digital eye strain. Hoya, April 2017, the Netherlands and USA
- 2) E. Dobisch, N. Vlasak. Digitaler Augenstress – die neue Volkskrankheit? 01/2018, Eyebizz, p.30-33. 3.156 (1.052 per country) users of digital devices between 20 und 50 y.o.
- 3) Ang C., Dinevski D., Vlasak N., Kok A. Taking the strain. Optician. 05/2017, vol. 253, no. 6600, p. 25-28
- 4) Holden et al.: Global prevalence of myopia and high myopia and temporal trends from 2000 through 2050 (Ophthalmology 2016;123:1036-1042).
- 5) <https://www.aoa.org/patients-and-public/caring-for-your-vision/protecting-your-vision/computer-vision-syndrome>

*Una volta valutato il profilo e identificata la soluzione è necessario verificare l'accettazione del potere positivo per vicino con i test appropriati

Ufficio Stampa Hoya Italia: AD MIRABILIA

Tel. 02 438219.1 e-mail: hoya@admirabilia.it

Contatti:

Manuela Lubrano – Tel. 02 4382.1937 – Cell. 349 2410696

Chiara Carinelli – Tel. 02 4382.1948 – Cell. 347 7898673