

Dagli addobbi che lampeggiano ad alcune scene dell'ultimo "Star Wars" è allerta per i pazienti. Le crisi potrebbero derivare dalla fotosensibilità causata dalla malattia. I consigli per difendersi

Epilessia, il pericolo è tra le luci di Natale

LA PREVENZIONE

Un'ombra su *Star Wars*. Il film che proprio domani torna al cinema con un nuovo episodio. Più precisamente per coloro che soffrono di epilessia. Grandi e piccoli.

Ci sarebbero, infatti, alcune scene della saga di *Guerre Stellari* che pare possano arrivare a scatenare crisi epilettiche. Tanto che la Disney ha invitato i distributori a prendere misure speciali per avvertire gli spettatori del rischio. Ma la Lega italiana contro l'epilessia (Lice) precisa subito una cosa: «Si tratta di un'eventualità che riguarda le persone affette da epilessia fotosensibile, una particolare condizione neurologica che insorge in genere in età infantile ed adolescenziale ed interessa una piccola percentuale delle persone con epilessia». Non riguarda quindi tutti gli spettatori e neanche tutti i pazienti affetti da epilessia.

I COLORI

A rischio sarebbero quindi le stesse persone che dovrebbero stare attente alle luci intermittenti o troppo brillanti, come quelle presenti nelle discoteche o che addobbano le strade in questi giorni. I pazienti affetti da epilessia fotosensibile sono coloro che rischiano le crisi anche a causa delle luci lampeggianti poste su auto della polizia, sui camion dei pompieri e sulle ambulanze. E ancora: sono coloro che dovrebbero fare attenzione alle immagini dai colori troppo intensi e cangianti attraverso schermi tv e di altro tipo, agli effetti speciali in film e videogiochi, ma anche alle fotocamere con flash ripetuti e fuochi d'artificio. Non è un problema che ha solo a che fare con le luci artificiali. Ci sono anche alcune stimolazioni luminose intermittenti

presenti in natura, per esempio,

LE FORTI SOLLECITAZIONI AGLI OCCHI IN QUESTO PERIODO SONO MOLTO FREQUENTI

il riflesso del sole sull'acqua o sulla neve, ecc. «La fotosensibilità è una condizione che preoccupa molto i genitori di bambini o ragazzi con epilessia» spiega Oriano Mecarelli del Dipartimento di Neuroscienze Umane presso l'Università La Sapienza di Roma e presidente della Lice.

L'ESAME

«Questa caratteristica individuale viene comunque testata abitualmente durante l'esecuzione dell'elettroencefalogramma e, una volta accertata, i soggetti e le famiglie vengono informati affinché provvedano ad alcune precauzioni», aggiunge. Perché è possibile contenere i rischi. «Se il paziente non può in alcun mo-

do evitare l'esposizione ad un fattore di rischio - spiega l'esperto - è opportuno che indossi occhiali protettivi dotati di speciali lenti colorate oppure, se non a sua disposizione, è utile che nella visione di stimoli luminosi intermittenti si copra con la mano un occhio e allontani immediatamente lo sguardo dalla fonte del disturbo». Da ricordare molti suggerimenti utili che possono aiutare a prevenire l'insorgenza di crisi nei pazienti con epilessia fotosensibile durante la visione di stimoli luminosi intermittenti. La Lice ne ha individuati dieci. La prima regola è quella di illu-

minare l'ambiente circostante, posizionando una lampada accesa vicino allo schermo ed evitan-

do la penombra. La seconda è un suggerimento valido per tutti e cioè guardare la tv e giocare ai videogiochi evitando di posizionarsi troppo vicini allo schermo. Nella terza e quarta la Lice raccomanda di regolare le impostazioni internet per controllare le immagini in movimento, di utilizzare "schermi" 100 Hz" o di tecno-

GUARDARE LA TV E GIOCARE AI VIDEOGAMES EVITANDO DI SEDERSI TROPPO VICINI ALLO SCHERMO

logia più moderna e ridurre l'impostazione della luminosità dello schermo.

IL TEMPO

In generale, questa sono la quinta e la sesta regola, è bene limitare il tempo trascorso davanti al video e seguire uno stile di vita sano limitando stress ed assunzione di alcol. L'associazione consiglia inoltre di evitare pc e tv quando si è particolarmente stanchi; e di scegliere videogiochi che non coinvolgano troppo dal punto di vista emotivo e in cui i passaggi tra le immagini e i colori non siano eccessivamente bruschi.

Valentina Arcovio

© RIPRODUZIONE RISERVATA





La Lice (Lega italiana contro l'epilessia) ricorda che le luci intermittenti o troppo brillanti come quelle presenti nelle discoteche, o che addobbano le strade in questi giorni natalizi possono diventare un rischio per i pazienti