

SANITA': LUCE BLU DI SMARTPHONE E TABLET, DA GENITTI LENTI AD HOC

11 Novembre 2015



L'AQUILA - Una linea innovativa di lenti neutre per chi non ha difetti visivi, ma vuole proteggersi lo stesso dalle insidie alla vista della "luce blu" emessa dalle moderne apparecchiature come computer, tablet e smartphone.

È quanto propone il gruppo Genitti Ottici dell'Aquila, che continua, anche a novembre, il mese della prevenzione visiva: in tutti i cinque punti vendita del capoluogo e in quello di Avezzano vengono offerti controlli gratuiti dell'efficienza visiva e consulenze sugli occhiali giusti da scegliere.

In particolare, per chi per lavoro, studio o svago trascorra molto tempo davanti agli schermi, è consigliabile un occhiale da riposo da impiegare per "protegersi", esattamente come si fa con la crema solare per la pelle e con gli occhiali da sole per gli occhi quando si è all'esterno.

Ma la protezione è necessaria anche negli ambienti interni, per difendersi dalla cosiddetta "luce blu", presente naturalmente nel sole, ma emessa artificialmente da dispositivi Lcd e Led di smartphone, tablet, Tv e Pc e dai sistemi di illuminazione a basso consumo energetico.

Questo tipo di luce ha una lunghezza d'onda corta e, quindi, maggior frequenza ed energia.

Cellulari e palmari emettono fino al 40% in più di luce blu e la loro diffusione è in crescita e così anche gli effetti negativi sul benessere della vista, fanno notare i professionisti di Genitti Ottici.

Quanto ai danni della luce blu alla vista, sono due le principali cause del problema: la distanza di utilizzo ravvicinata dei dispositivi multimediali e l'alta emissione di luce.

L'esposizione influenza il ciclo circadiano, in quanto è in grado di inibire la produzione di melatonina, responsabile dell'equilibrio sonno-veglia. Per questo può migliorare i nostri tempi di reazione soprattutto nelle ore serali o notturne.

In alcuni casi, però, la luce blu finisce per provocare disturbi del sonno e della veglia. La sovraesposizione può avere controindicazioni come cali di attenzione e diminuzione di memoria e patologie oculari come la degenerazione maculare.

Ma non solo, conseguenze dovute a disordini del sonno, fino a malattie più importanti anche se in questo caso i pareri sono a volte contraddittori.

L'esposizione alla luce blu può provocare irritazione agli occhi, visione offuscata, dolore alla schiena dovuto alla postura scorretta, e mal di testa per affaticamento.

© 2026 Abruzzo Web Enfasi srl - Quotidiano digitale registrato presso il Tribunale dell'Aquila con decreto n°501 del 2 settembre 2003

Per affrontare nel modo migliore questa luce, da studi scientifici condotti in Italia e negli Stati Uniti si è evidenziato il valore delle lenti con trattamento antiriflesso "Blue Control", proposte dal gruppo Genitti Ottici.

Una tecnologia che consente di evitare l'affaticamento visivo, il rossore agli occhi e le cefalee.