

SPORT VISION

importanza dell'efficienza visiva nella guida di veicoli veloci

di P.M.

L'occasione dell'inconveniente capitato a Biaggi nella gara di Barcellona mi ha stimolato ad individuare la possibilità di miglioramento delle capacità visive per i piloti. Il pilota impegnato in gara ha realmente difficoltà a vedere cose diverse dagli avversari che competono con lui, anche se accetta in sede di briefing determinate disposizioni, che poi in corsa non riesce a tenere sotto controllo.

Da una visita compiuta tempo a fa Sport Vision, un centro nato a Cervia su modello americano, ho avuto indicazioni su come migliorare in situazioni dinamiche le capacità visive di chi è impegnato in performance in cui occorre avere la maggiore disponibilità possibile della propria vista. A differenza di una normale visita oculistica, nella quale viene 'misurata la vista' in modo statico, a Sports Vision viene eseguita una misura dinamica, cioè in movimento, della capacità visiva. La visita, compiuta con modalità particolari, dura oltre 3 ore.

Per molti atleti l'esame serve solo per sapere se hanno una ottima capacità visiva sia in condizioni statiche che dinamiche, ed il risultato viene comunicato immediatamente, chiudendo il rapporto con la struttura.

Per altri vi è la possibilità di migliorare considerevolmente le proprie capacità attraverso esercizi specifici praticabili una volta alla settimana a Cervia e per il resto a casa propria. Per altri non vi è possibilità di miglioramento, il che viene segnalato subito.

Ritengo che Sports Vision consenta una buona possibilità di miglioramento delle proprie prestazioni e che possa essere oggetto di attenzione anche da parte dei lettori di Motitalia e non solo di coloro che praticano un'attività sportiva".

Così il dr. Giancarlo Caroli, medico federale, ha inteso presentare Sports Vision, un aiuto sicuro per coloro intenzionati a cimentarsi nella guida veloce di un mezzo.

Esso è un sistema che valuta l'efficienza visiva in relazione all'abilità ed alla sicurezza nella guida dei veicoli veloci e nasce all'inizio degli anni Cinquanta negli Stati Uniti per migliorare il training e le prestazioni dei piloti di aviogetti. Nel tempo, gli studi hanno fatto progressi e si sono estesi anche

ad altri campi di applicazione, come quelli sportivi specialmente laddove la velocità gioca un fattore importante.

Alle Olimpiadi del 1992 Sport Vision ha avuto il giusto riconoscimento del suo ruolo nell'ambito della pratica sportiva ad elevato contenuto agonistico. Infatti, sia a Barcellona che ad Albertville, ha funzionato uno Sports Vision Centre, con 24 optometristi ed oculisti provenienti da 12 paesi



**Le
scienze
della
Visione
al
servizio
dello
Sport**

**EUROPEAN ACADEMY
OF SPORTS VISION**

diversi, che si sono occupati di valutare l'efficienza visiva degli atleti di tutte le nazioni e di tutte le discipline.

Il valore dei dati acquisiti è stato enorme, in quanto gli atleti esaminati rappresentavano quanto di meglio il mondo dello sport poteva offrire e le informazioni ricavate hanno permesso di arricchire una banca dati di grande interesse scientifico.

Per capire cosa in realtà rappresenta Sports Vision ci siamo recati a Cervia ove dal 1988 opera l'Accademia Europea di Sport Vision, diretta dal Dr. Roncagli e da una vecchia conoscenza del motociclismo romagnolo degli anni Sessanta e Settanta Piero Dal Pozzo. Quello di Cervia è il primo centro operativo di Sports Vision in Europa ed ha già prodotto oltre un migliaio di diagnosi specifiche ad atleti delle più diverse discipline sportive ed oltre 200 programmi di allenamento visivo personalizzati.

L'Accademia, affiliata alla Pacific University of Optometry dell'Oregon, dispone inoltre di un comitato scientifico di 30 esperti internazionali che guidano le attività di ricerca e di aggiornamento per quanto concerne la visione nello sport.

È comunemente noto che la percezione visiva caratterizza la maggior parte delle nostre attività quotidiane ed è grazie a questa percezione che sappiamo come muoverci ed agire in modo efficiente e finalizzato. Ogni attività visiva è inoltre caratterizzata da esigenze specifiche e perciò molta della nostra efficienza ed abilità dipende da come siamo abituati ad utilizzare il nostro sistema visivo.

Sports Vision è un programma che può aiutarci a migliorare le nostre prestazioni, perché mira a condurre l'intero sistema a funzionare al massimo livello in relazione all'attività svolta. Possiamo ottenere miglioramenti sia negli aspetti generali della visione, sia in quelli più specifici, in quanto riferiti ad una particolare attività sportiva o professionale.

Per quanto attiene i piloti motociclisti, questo sistema di valutazione visiva mira ad accertare preventivamente eventuali problemi ed a consigliare per tempo la terapia più appropriata per ovviare a questi. Inoltre, permette di calcolare un coefficiente di abilità riferito al singolo pilota e di migliorarlo attraverso opportune procedure di allenamento visivo.

I test di Sports Vision hanno anche evidenziato la differenza del concetto di "efficienza visiva" da quello di "buona vista", perché quando si fa riferimento all'efficienza visiva non ci si limita solo ai soliti parametri di difetto visivo e di acuità visiva

ma si tiene conto di altri aspetti più direttamente coinvolti durante l'attenzione visiva coinvolta nella guida veloce.

Nel 1990 l'Accademia Europea di Sport Vision ha collaborato con la Ford italiana alla valutazione e selezione di circa 400 aspiranti piloti automobilistici e nel 1992 ha esaminato altri 600 ragazzi di età inferiore a 26anni ed anch'essi aspiranti piloti automobilistici.

I risultati dei test hanno sorprendentemente evidenziato che il 54% dei piloti esaminati presentava un errore refrattivo superiore a 0,50 diottrie, quindi tale da impedire un'ottimale acuità visiva; il 40% non era in grado di raggiungere l'acuità visiva ottimale di 10/10, pur se in regola con i requisiti richiesti per ottenere una normale patente di guida; il 23,9% presentava difficoltà nella discriminazione di alcuni colori non saturi. Solo nel 7% è stata riscontrata una condizione ottimale di equilibrio binoculare e solo il 31% raggiungeva il valore massimo di rendimento previsto dal protocollo di test.

Si è avuta anche la conferma che gli aspiranti piloti con rendimento visivo maggiore erano in grado di fare registrare in pista tempi migliori rispetto agli altri e, in alcuni casi, le correlazioni tra efficienza visiva e abilità di guida si è mostrata particolarmente accurata.

Per i piloti motociclisti l'Accademia ha messo a punto un protocollo di test di rapida esecuzione, uno rivolto ai piloti più giovani ed alle prime gare per valutare le principali abilità visive e per verificare l'eventuale presenza di difetti o inefficienze tali da interferire con la pratica di questo sport. Un altro protocollo di test è previsto invece per i piloti cosiddetti professionisti, per valutare le loro abilità visive e visuomotorio e per tracciare un grafico di rendimento visivo ai fini di un eventuale programma di allenamento visivo. Per coloro che mostrano specifiche inefficienze visive funzionali durante i test è, infatti, possibile adottare uno specifico programma di esercizi ambulatoriali e domestici.

Molti sono stati gli sportivi della pallavolo, degli sport invernali, del tennis, dell'automobilismo, del motociclismo che si sono rivolti all'Accademia di Sports Vision per risolvere i loro problemi e per migliorare le performance visive. Tra i piloti delle due ruote possiamo citare Edy Orioli, Pierfrancesco Chili, Loris Capirossi, Fausto Gresini, Massimo Broccoli, Loris Reggiani e tanti altri che tuttora frequentano con assiduità il Centro di Cervia, desiderosi di migliorare le loro prestazioni agonistiche.