

Allegato 4

Domande per incontro

DOMANDE da RIVOLGERE all'OPTOMETRISTA

Sulle posture

1. Quali sono le migliori posizioni da mantenere durante lo studio, la lettura e la scrittura?(Gabriele M.)
2. In quali malattie o patologie si può incorrere se le posizioni non sono corrette? (Matteo)
3. Come ci si può *abituare* a mantenere posture corrette durante lo studio a casa ed la lettura in classe? (Matteo)
4. Spesso le insegnanti mi richiamano perché, quando scrivo soprattutto, inclino il quaderno e torco il busto, avvicinandomi contemporaneamente molto al quaderno con il viso. Cosa posso fare per correggermi? (Daniele)
5. Spesso mi dicono che impugnare male la penna: come occorre fare per tenerla correttamente? (Federica)
6. E' vero che dormendo a "pancia in giù" si può danneggiare la colonna vertebrale, favorendo il formarsi della "gobba"? (Marta)
7. Io pratico ginnastica artistica e abitualmente eseguo movimenti per i quali devo incurvare all'indietro la colonna vertebrale. Si potrebbe danneggiare con il tempo? Quando non faccio ginnastica, durante le attività scolastiche c'è una posizione particolare che dovrei assumere per conservarla da pericolose malattie? (Laura)

Su occhi e occhiali

1. Come si fa a mantenere una buona visione, evitando di avere problemi agli occhi? (Noemi)
2. C'è una relazione tra la visione e le posizioni che vengono assunte durante lo studio?(Francesca)
3. Per non avere problemi agli occhi, quanto tempo potrei rimanere davanti al computer o alla play-station? (Mattia)
4. Quali regole bisogna rispettare durante il lavoro scolastico e la lettura a casa per non incorrere in malattie agli occhi? (Matteo)
5. Qual è la distanza che occorre tenere durante la lettura per non dover mettere gli occhiali? (Davide)
6. Perché dopo un po' che leggo, vedo le parole sfuocate?
7. Ogni quanto dovrei effettuare un controllo alla vista? (Enrica)
8. In futuro potrei mettere gli occhiali anche se i miei genitori non li portano? (Laura)
9. E' possibile che una persona che ha portato gli occhiali da bambino, li tolga da adulto? (Andrea)
10. Cos'è la miopia e perché insorge questo difetto visivo? (Marta)
11. Cos'è l'astigmatismo e quando insorge? (Alessia A.)
12. Perché si diventa ciechi? (Marta)
13. Perché mangiare le carote fa bene alla vista? (Marta)

Sulla scelta professionale

1. Perché lei ha scelto di svolgere questo lavoro? (Davide)
2. Quali scuole ha frequentato per diventare optometrista? (Davide)