

## ***Spunti di riflessione sulla minorazione visiva:***

### ***ausili e strategie per creare un ambiente modificante e una didattica inclusiva***

Nessun bambino è perduto se ha un'insegnante che crede in lui

Bernhard Bueb

#### **Laura Borghero**

Tecnico della riabilitazione in Orientamento e Mobilità **ANIOMAP**

### **CLASSIFICAZIONE ED ASPETTI GENERALI DELLA MINORAZIONE VISIVA**

**L. 138 del 3 aprile 2001** "classificazione e quantificazione delle minorazioni visive e norme in materia di accertamenti oculistici"

Categorie	Visus / Campo visivo
Ipovedenti lievi	Soggetti che raggiungono un visus tra i 3/10 con la migliore correzione o campo visivo residuo inferiore al 60%
Ipovedenti medio-gravi	Soggetti che raggiungono un visus non superiore a 2/10 con la migliore correzione o campo visivo residuo inferiore al 50%
Ipovedenti gravi	Soggetti che raggiungono un visus non superiore ad 1/10 con la migliore correzione o campo visivo inferiore al 30%
Ciechi parziali	Soggetti che raggiungono un visus non superiore ad 1/20 con la migliore correzione o campo visivo residuo inferiore al 10%
Ciechi totali	Totale mancanza della vista in entrambe gli occhi, percezione della luce o del moto della mano campo visivo residuo inferiore al 3%

#### **Le cifre ....**

Secondo OMS nel MONDO (dati 2017 Fonte **WHO** World Health Organization)

253 milioni persone con disabilità visiva

217 milioni IPOVEDENTI

36 milioni ciechi

- 12 milioni disabili visivi under 15

Nel 1996 gli ipovedenti erano 135 milioni

<http://atlas.iapb.org/gvd-maps/#AllAges>

## **IPOVISIONE**

Si parla di ipovisione quando ci sono gravi limitazioni nel visus o nel campo visivo, con notevoli conseguenze sulla vita quotidiana.

Può essere causata da vari fattori congeniti o acquisiti. La vista si può ridurre fortemente in seguito a patologie che possono colpire diverse strutture oculari, che vanno dalla cornea alla retina, fino al nervo ottico, nonché la corteccia cerebrale. L'ipovisione in sé è un fattore di continua instabilità o del tipo patologico (progressione della malattia) o del tipo ambientale (qualità dei contrasti ambientali,...).

Def. tratta da Associazione Prisma

### **Riduzione acuità visiva**

Difficoltà o impossibilità nella lettura

Difficoltà nella percezione dei particolari

Difficoltà nel riconoscere persone, cose e ambienti

Difficoltà in quelle attività che richiedono la visione dei particolari (disegnare, cucire, ...)

### **Riduzione del campo visivo centrale**

#### **Nella Visione da vicino:**

la parte dell'oggetto contenuta all'interno dello scotoma non viene percepita, il soggetto deve imparare ad osservare con la coda dell'occhio e ad utilizzare il contesto per capire meglio il significato dell'oggetto.

Forte riduzione del visus

Abbagliamento, fotofobia

Spesso problemi nella percezione colori

### **Riduzione del campo visivo periferico**

#### **Nella Visione da lontano:**

Gravi difficoltà nell'orientamento, nella mobilità e nel controllo dei movimenti.

La visione dell'insieme delle cose è ridotta.

L'osservazione richiede più movimenti degli occhi e del busto

#### **Nella Visione da vicino:**

non dovrebbe comportare grossi problemi, con uno sguardo fisso.

Ad una distanza di circa 30 cm. Viene percepita un'area di circa 40 cm. di diametro

## **Illuminazione**

*evitare l'abbagliamento*: la sorgente luminosa non deve essere direttamente visibile (tende alle finestre, luci schermate);

*evitare l'eccessiva uniformità della luce*: utilizzare sia luci dirette che diffuse le quali integrandosi favoriscono il senso di profondità e la tridimensionalità delle cose;

*preferire l'illuminazione artificiale* con lampade il cui il fascio luminoso sia rivolto verso l'alto;

*fornire illuminazione supplementare* ed aiuti ottici illuminati

## **I fattori da considerare**

Dimensione del carattere (corpo testo)

Contrasto

Contrasto cromatico

Carattere

Interferenza con lo sfondo

Maiuscolo, minuscolo (alto/basso)

Altro (impaginazione, supporto...)

## **Suggerimenti**

evitare l'uso contemporaneo di colori saturi agli estremi dello spettro (ex: rosso-blu, giallo-viola), a causa della difficoltà del sistema visivo di mettere a fuoco questi due colori contemporaneamente.

qualora si desiderasse utilizzare il blu, sebbene l'acutezza visiva per questo colore sia inferiore a quella per il rosso e per il verde, esso va scelto come colore per lo sfondo piuttosto che per le scritte, e comunque evitare di utilizzarlo per i messaggi importanti;

non usare mai rosso e verde vicini, sia per la difficoltà dell'occhio a percepirli contemporaneamente sia perché i soggetti con deficit nella percezione dei colori non riescono a distinguerli;

preferire il giallo che è un colore comunemente riconoscibile anche dai soggetti daltonici;

usare pochi colori contemporaneamente;

associare i colori ai vari significati in modo consistente;  
usare lo stesso colore per raggruppare oggetti simili;  
utilizzare colori saturi e brillanti.

## **L'ACCOMPAGNATORE VEDENTE**

È il mezzo più tradizionale per la mobilità del minorato della vista. Sebbene sia indiscutibilmente il più completo ed affidabile è altresì vero che comporta forti vincoli di dipendenza sia per chi ne fruisce che per colui che offre la propria disponibilità. Sebbene le modalità di accompagnamento siano da tempo codificate, per lo più ci si affida al buon senso e alla reciproca conoscenza delle parti. Tale modalità produce una tensione psichica minima, ma induce spesso, nel minorato della vista, atteggiamenti passivanti di delega totale o parziale che spesso ostacolano l'acquisizione di una conoscenza personale, diretta e vissuta dello spazio vissuto.

### **L'accompagnatore:**

è persona nota od occasionale a cui ci si affida per l'esecuzione di un percorso  
garantisce l'incolumità

è affidabile, riservato e rispettoso

conduce in modo responsabile e sicuro

provvede alla gestione degli aspetti diretti ed indiretti della mobilità

dovrebbe conoscere le tecniche di accompagnamento

si adegua alle richieste di mobilità

### **L'accompagnatore vedente dovrebbe rispettare alcune semplici regole:**

- Avvicinarsi e rivolgersi alla persona non vedente chiamandola per nome;
- Presentarsi sempre ogni volta dicendo nome e cognome, in modo che la persona non debba riflettere a lungo se non vi riconosce subito;
- Chiedere alla persona non vedente con quale precisione è necessario descrivergli le situazioni e i vari luoghi;
- Camminare sempre davanti alla persona non vedente soprattutto, di fronte alle scale, presso il passaggio di una porta o salendo in un mezzo pubblico, in tal modo la persona non vedente sarà sempre protetta da eventuali ostacoli;
- Evitare di spingere la persona non vedente, di tirarla e, per quanto possibile, di fargli fare passi indietro o laterali;

- Evitare di sostituirsi alla persona non vedente nei contatti interpersonali;
- E' importante chiarire i malintesi o situazioni confuse che si vengono a creare durante un tragitto, favorendo così stima e fiducia reciproca;
- Mantenere sempre il contatto con la persona non vedente, ogni qual volta che si ha la necessità di allontanarsi, concordare insieme i tempi e i modi;
- Rispettare gli orari degli appuntamenti.

Un efficace accompagnamento deve offrire alla persona accompagnata: massima **sicurezza**

### **comfort**

piena possibilità di **partecipare attivamente** all'accompagnamento, all'orientamento e alle decisioni.

Tutto ciò si ottiene utilizzando modalità particolari di accompagnamento: *le tecniche di accompagnamento.*

Queste tecniche agevolano le molteplici situazioni che comunemente si incontrano durante uno spostamento e permettono alla persona con minorazione visiva o sordocieca di essere soggetto più attivo in quanto può:

- avvertire i cambi di direzione e decifrare la forma dei percorsi attraverso rotazioni del corpo di 90°;
- mettere in relazione il proprio schema corporeo con quello dell'accompagnatore;
- apprendere e rafforzare quell'atto fisiologico complesso che è la deambulazione;
- automatizzare la lunghezza e la velocità del passo;
- riconoscere se il suolo è piano, in salita o in discesa;
- valutare la distanza da un punto all'altro e il tempo necessario per percorrerla ;
- capire le caratteristiche principali dei diversi ambienti nei quali ci si muove.

Man mano che l'utente riesce a cogliere questi indizi diventa il soggetto della situazione "guida - utente" e non l'oggetto che viene trasportato o peggio ancora, spinto in avanti o indietro; gradualmente potrà proporre variazioni di percorso, scegliere il luogo dove recarsi, trovare una migliore sintonia con

l'accompagnatore, decidere quando fermarsi e stabilire il momento di ripartire, ecc.

L'accompagnamento deve trasmettere sicurezza infatti quando la persona accompagnata avverte che non c'è il rischio di urtare contro oggetti, persone o di farsi male cadendo da un gradino, cammina più rilassata e quindi più aperta alla percezione di tutto ciò che la circonda.

Più la coppia "accompagnatore/accompagnato" instaura un rapporto di conoscenza e di fiducia reciproca più il risultato delle accompagnamento sarà efficace; è importante, inoltre, che i due stabiliscano modalità comunicative sia verbali che non, semplici e chiare, evitando così spiacevoli incidenti e risparmiando una notevole fatica.

## BREVE Sitografia

### RIFERIMENTI ASSOCIAZIONI

ANIOMAP: [www.aniomap.it](http://www.aniomap.it)

### ASSOCIAZIONI DI CATEGORIA

Unione italiana dei ciechi e degli ipovedenti [www.uiciechi.it](http://www.uiciechi.it)

R.P. Associazione per la Retinite Pigmentosa e l'ipovisione del Triveneto [rp.triveneto@tiscali.it](mailto:rp.triveneto@tiscali.it)  
[www.retinaitalia.it](http://www.retinaitalia.it)

ANS Associazione nazionale sub vedenti: [www.subvedenti.it](http://www.subvedenti.it)

### ALTRI SITI UTILI

#### IPOVISIONE:

[www.subvedenti.it](http://www.subvedenti.it)

Acromatopsia: <https://www.acromatopsia.it/>

Iapb Agenzia internazionale per la prevenzione della cecità <http://www.iapb.it/>

la figura dell'Ortottista AIOrAO [www.aiorao.it](http://www.aiorao.it)

intervento precoce: [www.fondazionerobertthollman.it](http://www.fondazionerobertthollman.it)

sordocecità: <https://www.legadelfilodoro.it>

### ACQUISTO AUSILI

Federazione Nazionale delle Istituzioni Pro ciechi: [www.prociechi.it](http://www.prociechi.it)

Cambratech <http://www.cambratech.it/>

Tifcom [www.tifcom.it](http://www.tifcom.it)

Office Center [www.officecenter.it](http://www.officecenter.it)

Cipsa [www.cipsa.it](http://www.cipsa.it)

GLIC: Rete Italiana dei Centri di Consulenza sugli Ausili Informatici ed Elettronici. <http://www.centriausili.it/glic/default.asp>

Fondazione ASPHI: <http://www.asphi.it>

### LETTURA

#### Siti:

<http://www.letturagevolata.it> (sito curato da Lucia Baracco è un architetto ipovedente che da anni lavora sulle tematiche della leggibilità) inviando un piccolo contributo per le spese di spedizione è possibile richiedere l'invio di materiale ( tastierone, etichette adesive per la tastiera, il kit ipovisione con i puntatori per il mouse... )

è possibile inoltre iscriversi a **Press-In** un servizio di rassegna stampa gratuito che permette di ricevere ogni giorno nella propria casella di posta elettronica o di consultare on-line, una selezione degli articoli più significativi che la stampa italiana - nazionale e locale, generalista e specializzata - e i portali web dedicano al tema della disabilità: dalla disabilità motoria a quella sensoriale e psico-cognitiva, dalle barriere architettoniche al turismo accessibile, dagli ausili e le tecnologie alla ricerca scientifica, dalla scuola all'inserimento lavorativo, dallo sport all'accesso alla cultura.

#### **LIBRI a grandi caratteri:**

**editori:** edizioni angelo manzoni, marco Valerio editore, Mondadori; Bompiani  
centri:

Biblioteca italiana per ciechi Regina Margherita [www.bibciechi.it](http://www.bibciechi.it)

#### **LIBRI AUDIO:**

**libro Parlato dell'unione italiana dei ciechi** <http://www.uiciechi.it/servizi/lp/introIp.asp>)

**libro Parlato Sernagiotto di feltre** (<http://www.libroparlato.org>)

**libro Parlato dei Lions** (<http://www.libroparlatolions.it>)

**editori:**esistono poi molti editori che producono audiolibri es. IL NARRATORE (<http://www.ilnarratore.com>)

<http://www.liberliber.it>

<http://www.radiomagica.org>

#### **USO COMPUTER**

##### **Spunti di lettura ...**

Il computer di sostegno- Flavio Fogarolo – ed. Erickson

##### **Siti**

<http://handitecno.indire.it>

<http://vediamoinsieme.altervista.org> (questo sito è curato da un insegnante di Vicenza con cui collaboro e contiene suggerimenti utili per programmi e strategie per l'accessibilità ai testi )

<http://www.cavazza.it>

##### **per l'apprendimento dell'uso della tastiera**

può scaricare il programma 10DITA, con le versioni aggiornate, da questo sito <http://www.subvedenti.it>  
altrimenti acquistare il software, SCRIVERE VELOCI CON LA TASTIERA di Fogarolo, venduto dalla Erickson

- per un uso facilitato del computer da persone non vedenti

WINGUIDO: programma multifunzione per non vedenti realizzato da Guido Ruggeri Associazione Guidiamoci <http://www.winguido.it>