



Il Dr. Lucio Buratto è un medico oculista specializzato nella chirurgia della cataratta e nella chirurgia refrattiva (modalità per correggere la miopia, l'astigmatismo e l'ipermetropia); in ambedue i settori ha ricevuto numerosi riconoscimenti a livello internazionale ed ha pubblicato numerosi trattati di tecnica chirurgica.

Si occupa inoltre della terapia chirurgica e non chirurgica (crosslinking) del cheratocono.

In breve ecco le sue principali tappe professionali.

Tra i primi in Europa ha effettuato la facoemulsificazione, la tecnica di estrazione della cataratta che a tutt'oggi è la metodica più sofisticata di intervento (ad essa oggi si unisce l'utilizzo del laser a femtosecondi); contemporaneamente ha iniziato ad utilizzare i cristallini artificiali da camera posteriore da impiantare dopo facoemulsificazione.

Ha pubblicato il primo trattato italiano sulla moderna chirurgia della cataratta che per numerosi anni è stato considerato la "Bibbia" italiana della chirurgia della cataratta; negli anni successivi ha pubblicato numerosi altri trattati sull'argomento e sulla correzione della miopia leggera e forte con laser e con cristallini artificiali.

Ha proposto ed utilizzato, primo assoluto a livello mondiale, il laser ad eccimeri all'interno della cornea per il trattamento della miopia elevata (tecnica ora chiamata LASIK). È stato anche uno dei primi a livello internazionale a trattare la miopia lieve con le tecniche di superficie (PRK) e la miopia forte con i cristallini artificiali. È stato il primo utilizzatore europeo del laser a femtosecondi per la correzione della miopia e per la chirurgia della cataratta.

Ha ricevuto il massimo riconoscimento internazionale per un chirurgo refrattivo, il premio "Barraquer" per le sue ricerche ed innovazioni sulla chirurgia refrattiva con laser, al Congresso Internazionale di Dallas dell'American Academy of Ophthalmology.

Successivamente ha ricevuto l'Award Certificate dall'American Academy of Ophthalmology. Durante la sua vita professionale ha organizzato e diretto 51 congressi ed ha partecipato come relatore e docente a oltre 400 congressi nazionali ed internazionali ed ha pubblicato 76 trattati di tecnica operatoria, alcuni tradotti, oltre che in inglese, anche in spagnolo, russo e altre lingue.

È membro di dodici Società Oftalmologiche internazionali.

A tutt'oggi ha eseguito molte migliaia di interventi chirurgici di cataratta e di chirurgia refrattiva.

www.buratto.com – www.camospa.it – e-mail: office@buratto.com

ISBN 978-88-97929-41-3

OCCHIO e ricette per la vista

Lucio Buratto

EDIZIONE SPECIALE
IN OCCASIONE DI
EXPO 2015



Lucio Buratto

Riccardo De Prà
Eugenio Del Toma
Mauro Febbrari Defendente
Nazareno Marabottini

OCCHIO
e ricette per la vista

FGE Editore



Valutazione bromatologica a porzione

Kcal	305
Proteine (%)	13,1
Lipidi (%)	40,8
Glucidi (%)	46,1
Fibra (g)	5,1
Colesterolo (mg)	129

Contenuti di valore per l'occhio: ★

La **carota** è un'ottima fonte di β -carotene, inoltre stimola la diuresi e la motilità intestinale.

La **mandorla** è un'ottima fonte di vitamina E; contiene anche molto magnesio, ma anche zinco, calcio e ferro.

Le **noci**, molto caloriche, contengono acidi grassi ω -3.

Le **uova** forniscono acidi grassi saturi, ma anche una buona quantità di quelli mono- e poli-insaturi, purtroppo colesterolo, ma soprattutto sono una fonte di luteina.

Torta alle carote

Ingredienti e dosi per 4 persone:

- ✓ 300 g di carote
- ✓ 300 g di mandorle o noci
- ✓ 3 uova
- ✓ 100 g di zucchero
- ✓ 2 cucchiaini di farina
- ✓ 1 bicchierino di rhum
- ✓ 1 limone: la scorza grattugiata
- ✓ 1 bustina di lievito per dolci
- ✓ sale q.b.

Preparazione

Versare le uova nel frullatore, aggiungere la farina, il sale, lo zucchero, la buccia di limone ed il lievito e frullare bene.

Poi aggiungere il rhum e frullare ancora fino ad avere un composto omogeneo.

Versate il tutto in una terrina e aggiungere le mandorle tritate e le carote grattugiate finemente.

Mescolare e versare in una tortiera oliata e infarinata su tutte le superfici interne.

Scaldare il forno e mettere a cuocere a 200 °C per 30-35 minuti.