

Veja Bem...

CBO em Revista

Cuidados que podem evitar a cegueira

Olhando de Perto

Ceratite Microbiana: doença ocular que pode levar à cegueira, se não tratada!

A Visão na Melhor Idade

Como minimizar a perda visual por catarata em um olho

Comportamento

O uso da lágrima artificial





CONSELHO BRASILEIRO DE OFTALMOLOGIA

Empresa Certificada
ISO 9001

CONSELHO BRASILEIRO DE OFTALMOLOGIA
Rua Casa do Ator, 1117 - cj. 21
Vila Olímpia - CEP: 04546-004 - São Paulo - SP
Tel.: (55 11) 3266.4000 / Fax: (55 11) 3171.0953
assessoria@cbo.com.br - www.cbo.com.br

Diretoria Gestão 2013/2015

Milton Ruiz Alves
Presidente - São Paulo – SP

Renato Ambrósio Júnior
Vice-presidente - Rio de Janeiro – RJ

Keila Miriam M. de Carvalho
Secretaria-geral - São Paulo - SP

Leonardo Mariano Reis
1º Secretário - Goiânia – GO

Mauro Nishi
Tesoureiro - São Paulo - SP

Produzido por
Selles & Henning Comunicação Integrada

Coordenação Editorial
Alice Selles

Projeto Gráfico
Bianca Andrade

Editoração Eletrônica
Luiz Felipe Beca

Jornalista Responsável
Márcia Asevedo Mtb: 34.423/RJ

Índice

04 Palavra do Presidente

05 Editorial
Vencendo a cegueira
evitável pela informação!

06 Comportamento
O uso da lágrima artificial

10 Olhando de Perto
Ceratite Microbiana: doença
ocular que pode levar à cegueira,
se não tratada!





24

Papo de Consultório

O uso da anestesia em procedimentos oculares

14

As Fases da Visão

Os grandes vilões da saúde ocular

18

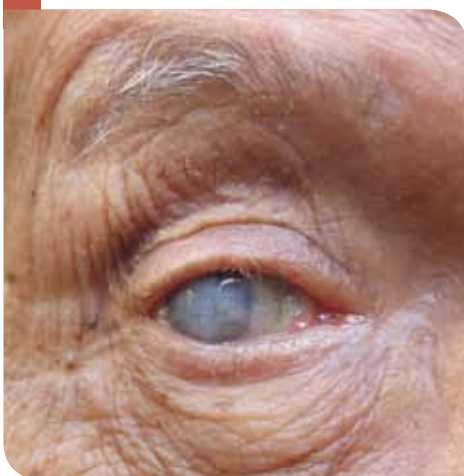
Oftalmopediatria

A importância do pré-natal na saúde ocular da criança

20

A Visão na Melhor Idade

Como minimizar a perda visual por catarata em um olho



22

Ciência e Tecnologia

Nova tecnologia promete monitor que diminui o cansaço visual

28

Prevenir é melhor...

Exame de fundo de olho pode diagnosticar doenças sistêmicas como a hipertensão



32

Idioma do Especialista

Doutor, pode me explicar?

36

Linha Direta

Falando sobre problemas de refração



Milton Ruiz Alves

Presidente do Conselho
Brasileiro de Oftalmologia
Gestão 2013 - 2015

“Hoje, diversos
problemas oculares
que levavam à cegueira
e eram vistos como
fatalidades podem
ser resolvidos pelo
oftalmologista...”

Caro leitor, o Conselho Brasileiro de Oftalmologia (CBO) é a entidade científica que congrega os oftalmologistas brasileiros e, como tal, busca ajudar seus associados no esforço diário de orientar os pacientes sobre algo tão importante como a visão.

A revista que você agora tem em mãos faz parte de um esforço continuado do CBO para levar até você informações úteis sobre os cuidados com a saúde ocular, assim como a CBOTV, um canal de vídeos educativos que pode ser acessado por meio de nosso portal na internet www.cbo.com.br. Juntos, vamos vencer a cegueira evitável pela informação!

Os avanços científicos nos mostram que um longo caminho foi percorrido desde quando se acreditava que o médico que se dedicava aos cuidados com os olhos se limitava a prescrever óculos. Hoje, diversos problemas oculares que levavam à cegueira e eram vistos como fatalidades podem ser resolvidos pelo oftalmologista, desde que se faça um diagnóstico precoce e preciso. Mas é interessante perceber que a chamada “consulta simples” para ver o grau dos óculos ainda é um momento ímpar quando patologias oculares muito importantes podem ser prevenidas ou diagnosticadas. Por isso também é tão importante que você se mantenha informado.

Leia nossa revista, acesse nosso site. Mas lembre-se: eles são materiais de apoio. Seu oftalmologista é o profissional mais capacitado a dirimir suas dúvidas e orientá-lo sobre as melhores condutas para manter sua saúde ocular.

Boa leitura!

Vencendo a cegueira evitável pela informação!

A Organização Mundial de Saúde (OMS) estima que 60% dos casos de cegueira são evitáveis, ou seja, quase 700 mil brasileiros cegos poderiam enxergar, caso recebessem tratamento de forma precoce. Segundo informações do Conselho Brasileiro de Oftalmologia, no Brasil, existem mais de 1,2 milhão de cegos.

Devido à importância do assunto, e a partir dos dados apresentados, a revista *Veja Bem* coloca em pauta temas relativos à saúde ocular para aumentar a visibilidade sobre o assunto, além de conscientizar o público sobre a importância da consulta oftalmológica. Queremos informar sobre as situações em que é preciso prevenir, tomar cuidados e, caso necessário, procurar ajuda de um especialista.

Nesta edição, vamos conversar sobre a importância do cuidado com a visão dos bebês, desde a gestação, na seção “Oftalmopediatria”. O exame de pré-natal tem potencial de revelar doenças ainda no ventre da mãe, o que facilita o tratamento. Ainda falando sobre prevenção, na seção “As Fases da Visão” será possível conhecer os maiores vilões da saúde ocular no Brasil.

Muitos temores pairam sobre o assunto anestesia. Mas a informação, quando fornecida por um especialista, pode servir como alívio. É essa a proposta da seção “Papo de Consultório”, na qual vamos esclarecer questões relacionadas ao uso da anestesia em procedimentos oculares.

Embora atualmente seja mais fácil sanar dúvidas via internet, nós nos comprometemos em falar com especialistas sobre alguns assuntos que podem desmistificar problemas oculares, muitas vezes, com nomes complicados, mas de definição simples. Esse sempre é o nosso foco, tornar acessíveis as informações que “circulam” pelos consultórios.

Preparamos essa publicação pensando em facilitar o entendimento sobre temas que podem ajudar a cumprir a missão da Oftalmologia no Brasil: alterar as condições de saúde ocular do povo brasileiro.

Vamos?!

“A Organização Mundial de Saúde (OMS) estima que 60% dos casos de cegueira são evitáveis, ou seja, quase 700 mil brasileiros cegos poderiam enxergar, caso recebessem tratamento de forma precoce.”

O uso da lágrima artificial



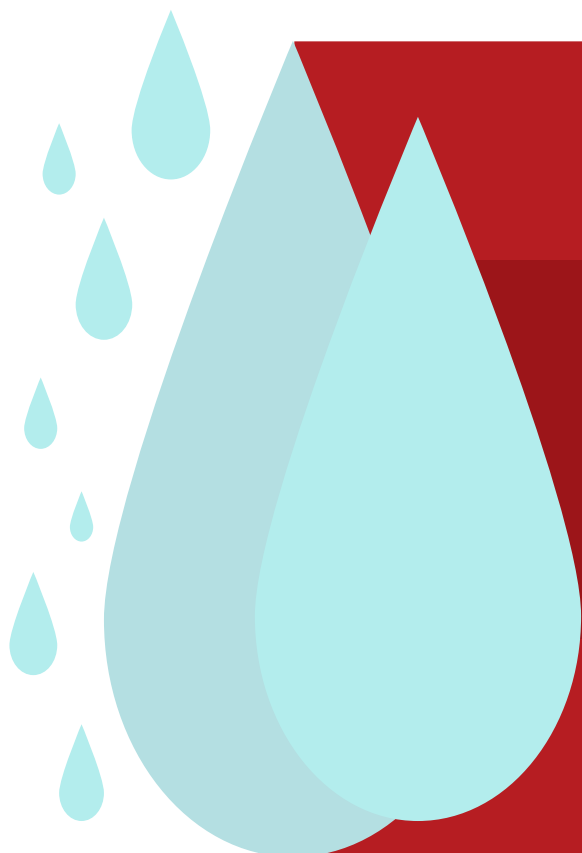
Além do clima mais seco do inverno, existe outra questão que pode ocasionar problemas na saúde: a inversão térmica; fenômeno atmosférico natural que pode aumentar a incidência de doenças respiratórias e irritação nos olhos. Os incômodos na região dos olhos são: ressecamento, diminuição da lágrima e irritação ocular. O problema pode causar conjuntivite atópica. Esse fenômeno se intensifica durante o inverno por causa da perda de calor. A intensidade e os efeitos nocivos se devem ao lançamento de poluentes na atmosfera, o que é muito comum nas grandes cidades.

Com a baixa umidade do ar no inverno, a tendência é o uso de lágrimas artificiais para aliviar os sintomas desconfortáveis causados pelo clima seco. Mas o uso do produto deve ser de forma controlada. As substâncias encontradas no colírio de lágrima artificial auxiliam na hidratação do olho, mas os que possuem conservantes, se aplicados em

excesso, podem causar danos às camadas mais externas da córnea e da conjuntiva, além de causar vermelhidão nos olhos, irritação e ardência ocular.

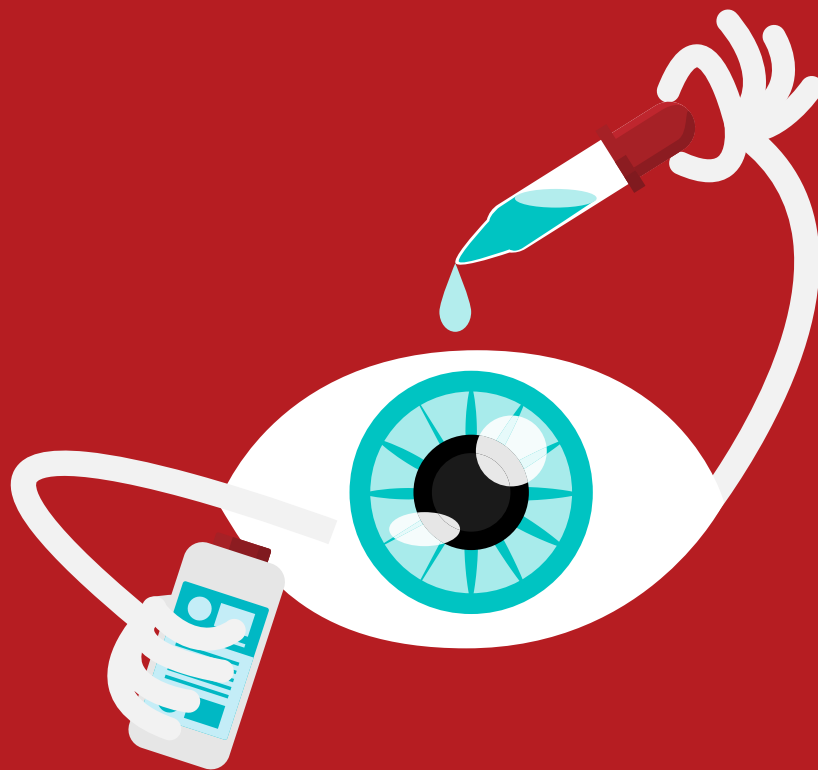
A utilização da lágrima artificial é restrita a pessoas com alergia aos conservantes do colírio ou aos seus compostos. Em geral, a fórmula apresenta pH semelhante ao da lágrima natural ou é ligeiramente alcalino, ajudando a aumentar o conforto durante as aplicações. O uso correto do produto combate a baixa lubrificação ocular, prevenindo contra inflamações na córnea (ceratite) e na conjuntiva (conjuntivite), que são problemas causados pela evaporação da lágrima nos períodos em que o clima é mais seco.

As lágrimas artificiais podem ser encontradas em forma de colírio ou gel. Têm composição diversificada, compostas por água, solução salina, emolientes (glicerol), polissacarídeos, lípidos, gelatinas e outras substâncias.



Atenção!

Por meio da Resolução da Diretoria Colegiada (RDC) 05/2015, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) reclassificou lágrimas artificiais e lubrificantes oculares da categoria “produtos para a saúde” para “medicamentos específicos” – publicação no Diário Oficial da União, em formato de Resolução.



Cuidados no uso:

- Lágrima artificial ou colírio lubrificante com substâncias conservantes na formulação: deve ser usado de forma limitada, no máximo quatro vezes ao dia, caso contrário pode causar danos na superfície ocular, em longo prazo. A validade do produto é de até 45 dias após romper seu lacre;
- Lágrima artificial ou colírio lubrificante sem substâncias conservantes na formulação: pode ser usado várias vezes durante o dia, porém é mais indicado para casos de doenças crônicas, como a Síndrome do Olho Seco. Esses devem ser utilizados no mesmo dia e descartados caso haja sobra.

O uso das lágrimas artificiais é comum também para pessoas que ficam expostas ao ar condicionado, fumaça ou poeira por um período prolongado, independente do clima. Então, caso precise passar muito tempo em ambientes climatizados – e sinta ardência e vermelhidão ocular –, procure um oftalmologista. Será importante avaliar a região ocular, inclusive a pálpebra. Segundo especialistas, as inflamações das margens palpebrais (blefarites/meibomites) e alergias também são consideradas no diagnóstico diferencial destas queixas.

Importante!

O ideal é ser sempre avaliado por um oftalmologista antes para indicação do produto indicado para cada caso.



É hora de *desacelerar* o relógio do envelhecimento ocular.

vitalux[®] Plus Ômega 3

Contém:

- Antioxidantes;
- Luteína / Zeaxantina;
- Ácidos graxos ômega 3.



Ceratite Microbiana: doença ocular que pode levar à cegueira, se não tratada!



Quando os olhos apresentarem vermelhidão, dor intensa e sensação de cisco, não arrisque o diagnóstico, e tão pouco faça uso de qualquer medicamento por conta própria, porque esses são os sintomas de ceratite microbiana. Embora esse problema ocular tenha cura, o diagnóstico e tratamento quando realizados precocemente são fundamentais para o restabelecimento do olho afetado.

A ceratite microbiana é uma inflamação da córnea – a porção externa dos olhos, comparada ao vidro de um relógio –, de natureza infecciosa, considerada urgência oftalmológica, em função do risco de perda visual. A parte do olho afetada pela doença funciona como barreira protetora da superfície ocular. Segundo a Dra. Regina Noma, oftalmologista, as ceratites infecciosas são graves, podendo piorar rapidamente e, se não forem tratadas, tem risco de perfuração e de se estender para outras áreas do olho, levando à queda importante da capacidade visual e até à cegueira.

Os principais agentes causadores das ceratites infecciosas são bactérias, podendo ser causadas também por vírus, amebas e fungos. O contágio por esses microrganismos está relacionado a traumas, uso de lentes de contato ou doenças e cirurgias oftalmológicas. No caso de trauma ocular com plantas – comum em jardineiros/lavradores ou pessoas em momentos de lazer em parques – o risco de ceratite causada por fungos aumenta. Usuários de lentes de contato que não higienizam as lentes e o estojo de maneira adequada (utilizam soro fisiológico, não usam produtos específicos para higiene das lentes e lavam as lentes em água de torneira) ou dormem com as lentes têm risco maior de infecção por bactérias e amebas. Cirurgias oculares e traumas podem levar à infecção ocular, especialmente se não houver uso adequado de colírios.

Mesmo estando bem informado sobre os sinais e sintomas da ceratite microbiana, é importante a consulta com o especialista porque existem outras formas da doença que não são infecciosas; para cada caso há um tratamento específico. Outros tipos de ceratite são: por traumas, alergias, neurológica ou de causa desconhecida – ceratite de Thygeson.

Segundo a Dra. Regina, a ceratite traumática pode ser decorrente de agressões externas, por exemplo, o contato acidental com substâncias tóxicas (ex.: produtos de limpeza) ou quadros de alergia. Quando os olhos ficam expostos de forma desprotegida e prolongada à luz ultravioleta – comum em praia, neve, bronzamento artificial –, também pode haver agressão à córnea. “Expor a córnea a paralisias faciais ou doenças palpebrais que levem à exposição ocular, seja por dificuldade de piscar ou de fechar os olhos ao dormir, também podem machucá-la. O olho seco, síndrome de Sjögren e doenças reumáticas também podem levar a alterações na superfície ocular”, alerta a médica.

“Mesmo estando bem informado sobre os sinais e sintomas da ceratite microbiana, é importante a consulta com o especialista porque existem outras formas da doença que não são infecciosas; para cada caso há um tratamento específico.”

Cuidados que devem ser tomados para evitar a infecção:

- Lavar sempre as mãos;
- Evitar coçar os olhos;
- Higienizar diariamente os cílios;
- Limpar adequada e regularmente as lentes de contato;
- Usar colírios no pós-operatório.

Procure seu médico rapidamente em caso de trauma e irritação ocular!



Mais informações sobre o diagnóstico

O diagnóstico da ceratite costuma ser feito no consultório do oftalmologista, baseado na queixa e exame realizado com luz especial e lentes de aumento. A história clínica e achados do exame vão ajudar a diferenciar ceratites infecciosas das outras causas, e, geralmente, dependem de exames complementares. Na suspeita de ceratite infecciosa, é necessário um exame de cultura de raspado da córnea para identificação do agente causador. A Dra. Regina alerta que em alguns casos pode ser necessário fazer uma biópsia da córnea ou exame específico

para pesquisa de cistos (ameba). Sendo importante diferenciar ceratite de origem bacteriana de inflamações provocadas por outros patógenos importantes, como o protozoário *Acanthamoeba* e o vírus *Herpes simplex*, pois o tratamento e a evolução são diferentes. Os resultados da investigação inicial podem levar o médico a pedir também exames laboratoriais para pesquisar o possível envolvimento do quadro com doenças autoimunes – são aquelas em que o sistema imunológico afeta o organismo do próprio paciente.

Dra. Regina Noma

Médica oftalmologista com doutoramento pela USP, especialista em lentes de contato.



A especialista responde!

1. Em que momento a pessoa precisa procurar o oftalmologista?

A pessoa que apresente irritação ocular deve procurar o especialista o mais breve possível para uma avaliação oftalmológica adequada. Em caso de trauma ou cisco no olho, não deve esperar para ver se melhora sozinho, deve entrar em contato com seu médico imediatamente. Usuários de lentes de contato devem seguir as orientações de limpeza e manutenção do médico que fez a adaptação das lentes, fazer o acompanhamento periódico e ligar para seu médico em caso de desconforto ocular que persista após a retirada das lentes.

2. Qual é o tratamento mais eficaz?

A escolha do tratamento mais adequado varia conforme a causa da ceratite. As inflamações de origem infecciosa desencadeadas por bactérias, amebas e fungos requerem antimicrobianos adequados para combater o microrganismo e podem variar de acordo com o tamanho/profundidade da lesão, localização, evolução do quadro e tratamentos prévios. Em geral, estabelece-se pronto tratamento clínico, com prescrição de um ou mais colírios de maior concentração, em doses elevadas, com reavaliações frequentes e por tempo prolongado. Alguns casos que não respondem bem ao tratamento inicial podem necessitar de mudança dos medicamentos e, casos mais graves, até tratamento cirúrgico como recobrimento ou transplante da córnea para tentar preservar a integridade do olho.

Fique atento, os sinais e sintomas da ceratite microbiana são:
olho vermelho, dor intensa, sensação de cisco/corpo estranho,
grande sensibilidade à luz, lacrimejamento e embaçamento da visão.



GENOM
OFTALMOLOGIA

Saúde ocular, este é o nosso sentido



Genom, divisão da União Química, uma empresa 100% nacional.

Extensa linha de produtos de uso crônico e de uso agudo,
além de lubrificantes oculares e higiene das pálpebras.

www.genom.com.br





Os grandes vilões da saúde ocular

Que cuidar da saúde ocular é essencial, todos sabem. Porém, o que poucos percebem é que esses cuidados vão muito além do contato direto com os olhos, eles exigem preocupação constante com todos os aspectos que envolvem a manutenção e melhoria da visão.

Segundo pesquisa realizada no Brasil pelo Instituto Penido Burnier, com a adesão de 814 pessoas, apesar de 77% dos brasileiros afirmarem que a visão é um sentido muito importante, quando se trata de cuidados com a saúde ocular, a maioria das pessoas, entre 25 e 65 anos, desconhece a importância disso.

Cinco principais fatores que atrapalham a saúde dos nossos olhos:



FALTA DE ACOMPANHAMENTO OFTALMOLÓGICO

Mesmo quem não tem doenças oculares ou não usa óculos para corrigir problemas de miopia, astigmatismo ou hipermetropia deve visitar o oftalmologista e fazer exames de vista, pelo menos, uma vez por ano. A pesquisa aponta que embora 64% das pessoas tenham alguma dificuldade de enxergar, metade delas não faz nenhum acompanhamento oftalmológico anual.

Acredita-se que isso se deve ao fato de que 47% delas acreditam que os problemas visuais são percebidos logo que aparecem. O que, segundo o oftalmologista Queiroz Neto, está equivocado. Uma vez que a maioria das doenças oculares passa despercebida no início.



EXPOSIÇÃO AO SOL

Outro grande vilão é o sol. Os raios UV são tão prejudiciais para os olhos quanto são para pele. Estudos mostram que a exposição prolongada e desprotegida à luz solar, em longo prazo, pode exercer efeitos danosos sobre o cristalino e células da retina, provocando danos na visão e aumentando o risco de desenvolvimento de catarata, degeneração macular relacionada à idade e pterígio.

A pesquisa revela que só 45% das pessoas protegem os olhos do sol durante o ano todo nas atividades externas, outros 27%, de vez em quando, 15%, nunca, 7%, só no verão e 5% não gosta de óculos solar. A proteção é simples: basta usar óculos de sol. Porém, vale alertar que óculos sem filtros UV podem causar danos até maiores do que os sofridos pela falta do uso dos óculos. Isso porque as lentes escuras fazem com que a pupila dilate, aumentando a penetração dos raios solares nos olhos; se as lentes não contarem com proteção, a radiação aumenta o risco de doenças.



ESTRESSE

O estresse, um dos principais causadores das doenças do mundo moderno, contribui também para o aparecimento de problemas nos olhos. Constantes dores de cabeça, ardência nos olhos, dificuldade de foco, sensação de cansaço e visão turva são alguns dos sintomas da fadiga ocular – doença ocular decorrente dos efeitos do estresse sobre a visão.

Os principais fatores estressantes são: esforço visual provocado pelo uso de óculos de grau desatualizados e uso intensivo do computador. Isso porque, ao focalizar um objeto ou algo a curtas distâncias, o olho faz ajustes imperceptíveis e incontroláveis para obter o foco. Esses ajustes são chamados de microflutuações da acomodação visual e são realizados através das contrações de um músculo dentro do olho. Como todo músculo, esse esforço contínuo leva ao estresse excessivo das funções oculares e ao cansaço, com isso o olho fica incapaz de promover o foco exato, ocorrendo então os sintomas da fadiga ocular.



SONO

Nossa vida é regida pela luz que regula todas as funções biológicas no período de um dia. Por isso, o sono é vital à saúde. O hábito de dormir menos de 6 a 8 horas diárias recomendadas internacionalmente aumenta o risco de alterações vasculares na retina que podem causar problemas visuais ou até perda definitiva da visão.

Diversas pesquisas apontam uma correlação entre a falta de sono e o aparecimento da obesidade, diabetes e doenças cardíacas, importantes fatores relacionados às degenerações nos vasinhos do fundo do olho. Além disso, os distúrbios do sono comprometem a imunidade e, portanto, a capacidade do nosso organismo combater infecções e ter reações equilibradas às agressões externas, facilitando assim as chances de contrair conjuntivites, especialmente no frio e períodos de estiagem prolongada.



DIETA

Uma alimentação saudável não previne apenas doenças do coração, rins e outros órgãos vitais, mas garante também uma boa visão. Isso porque certas vitaminas e nutrientes têm o poder de retardar a degeneração macular relacionada à idade – problema que pode levar à cegueira, entre outros males, como o ressecamento ocular e até a catarata.

Confira a dieta que faz bem aos olhos:

Alimentos bons para os olhos	Vitaminas que possuem	Benefícios
Ovos, laticínios, cenoura, pimentão vermelho, manga e folhas de verde intenso	Vitamina A/Betacaroteno	Protegem a córnea e evita cegueira noturna
Amêndoas, semente de girassol	Vitamina E	Antioxidantes, previnem a degeneração da mácula
Frutas cítricas, mamão, tomate, brócolis	Vitamina C	Antioxidantes, reduzem o risco de catarata e degeneração macular
Mariscos, ostras, feijão, lentilha, nozes	Zinco	Antioxidantes, previnem degeneração macular
Gema de ovo, folhas verdes, ervilha	Luteína	Antioxidantes, adiam a catarata e combatem a degeneração macular
Milho, pimentão amarelo, laranja, abóbora	Zeaxantina	Antioxidantes, adiam a catarata e combatem a degeneração macular
Bacalhau, salmão, atum, semente de linhaça	Ômega 3	Combatem olho seco e degeneração macular

Alimentos ruins para os olhos	O que provocam	Malefícios
Açúcar e produtos industrializados	Provocam deficiência de minerais, vitamina B e antioxidantes essenciais ao nosso organismo. Desencadeiam inflamações destrutivas das fibras nervosas e dos vasos sanguíneos.	As regiões que mais sofrem são o nervo óptico, ou mácula lútea, região amarelada na retina e a responsável pela visão central.
Sal	O excesso de sódio na corrente sanguínea dificulta a manutenção do baixo nível intracelular de cálcio que garante a transparência da lente do olho. O consumo excessivo do sal pode fazer a catarata surgir bem mais cedo.	Apesar de ser difícil “escapar da catarata”, já que a doença está relacionada ao envelhecimento, com o consumo excessivo do sal, a doença pode surgir bem mais cedo.

Seu celular está aí por perto?

Então faz assim: pega ele e entra no Facebook.

Pronto? Agora procura: "Conselho Bras de Oftalmologia".



**Sim! Estamos no Facebook!
E estamos esperando
sua curtida.**

Lá você encontra dicas,
notícias e novidades do
mundo oftalmológico.

**CURTA, COMENTE E
COMPARTILHE.**



CONSELHO BRASILEIRO DE OFTALMOLOGIA
ISO 9001 : 2008

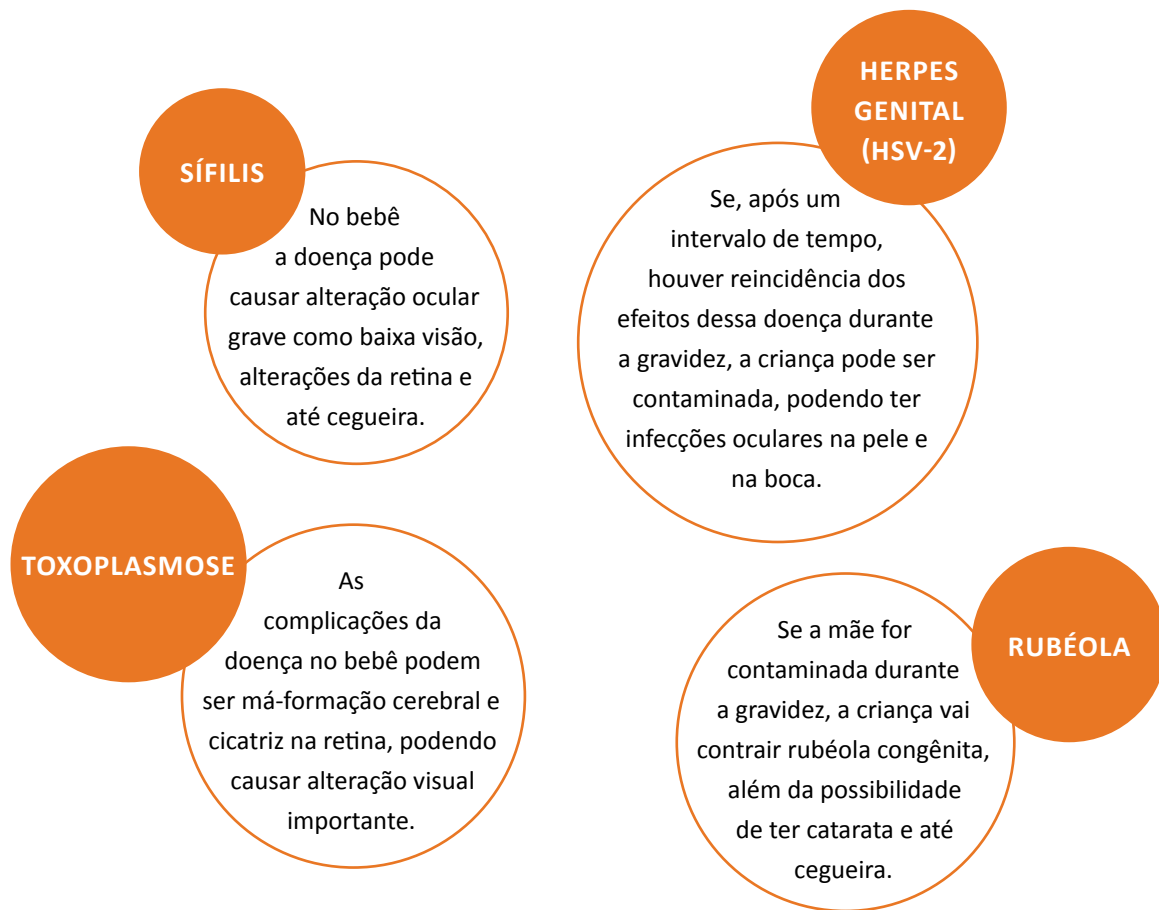


A importância do pré-natal na saúde ocular da criança

Rubéola, toxoplasmose e sífilis são algumas doenças que podem contagiar os bebês ainda no ventre da mãe. Para minimizar os riscos e até evitar esse tipo de problema, é importante que as mulheres, durante a gravidez, tenham acompanhamento por meio do exame pré-natal, evitando, assim, problemas de visão da mãe e do filho que vai nascer. É possível encontrar atendimento gratuito nos postos de saúde da rede pública.

Considerado um direito de toda grávida, o exame deve começar nos primeiros três meses de gestação. A unidade de saúde que fará o atendimento deve prestar todas as informações a respeito da importância do pré-natal, como ter uma alimentação saudável, higiene pessoal e comportamento sexual. A saúde ocular do bebê precisa ser garantida desde essa fase.

Segundo dados do Portal Brasil (MS), cerca de 40% das causas de cegueira infantil são evitáveis ou tratáveis; e a prevenção é o melhor tratamento. A toxoplasmose e a rubéola podem afetar as mães nos três primeiros meses de gravidez, podendo causar cegueira e problemas neurológicos na criança. Durante a formação do feto, pode ocorrer má-formação dos olhos, esse é um dos problemas oculares que tornam essencial o exame pré-natal, pois dessa forma será possível identificar e tratar adequadamente cada doença detectada, para que a criança tenha uma boa saúde ocular.



Outra questão importante é a alimentação da mãe do período de gravidez; o baixo consumo de vitamina A pode causar doenças oculares na criança.

Após o nascimento do bebê, no local onde foi realizado o parto, o médico pinga uma gota de nitrato de prata nos olhos do recém-nascido para prevenção de oftalmia (conjuntivite) gonocócica (causada por bactéria que pode ser transmitida da mãe para o bebê no canal do parto, caso ela esteja infectada).

A mãe e o profissional de saúde que mantêm contato com o bebê precisam estar atentos ao tamanho, brilho, cor e o aspecto geral dos olhos do recém-nascido. Esse simples ato pode identificar possíveis alterações ou anormalidades.

Outro cuidado importante, assim que a criança nasce, é a realização do teste do olhinho nos primeiros dias de vida, ainda na maternidade. Dessa forma será possível identificar problemas na visão do nascituro.



Como minimizar a perda visual por catarata em um olho

O grau dos nossos olhos é determinado pelo poder do cristalino (lente transparente no interior do olho), pela curvatura da córnea e pelo tamanho dos olhos (estes dois últimos são relativamente constantes durante a vida). Normalmente, uma fonte de luz pode produzir um ofuscamento visual, porém a acuidade visual não é afetada.

A catarata, geralmente bilateral, é um processo multifatorial que consiste na opacificação do cristalino e consequente aumento da dispersão da luz que adentra ao globo ocular, dificultando a percepção de objetos.

No início, as modificações geralmente não são uniformes, podendo ocasionar maiores ou menores alterações da transparência em apenas um dos olhos. Nestes casos, a simples substituição das lentes dos óculos já é suficiente para restaurar quantitativamente a função visual normal.

Entretanto, em certas condições de iluminação, as alterações qualitativas ainda podem persistir e dificultar as atividades normais ocasionando uma substancial sensação de ofuscamento à luz: a utilização de lentes especiais (escuras e/ou polarizadas) podem minimizar a diferença e restaurar a harmonia visual entre os olhos.

“É comum o indivíduo não perceber a presença da catarata porque as mudanças progressivas e leves alteram a homogeneidade do cristalino provocando um consequente aumento do grau de miopia, facilmente corrigida por óculos.”

Alguns tipos de catarata tendem a ser mais centrais e geram sintomas unilaterais e assimétricos mais severos e mais precocemente (já a partir dos 30 anos). Nestes casos, a melhor opção é a cirúrgica, já que pequenas modificações costumam ser muito mais limitantes ao indivíduo, especialmente nos horários de maior luminosidade solar e na presença de luzes artificiais. A utilização de medicamentos que dilatam a pupila é controversa, e a mudança do grau dos óculos não ajuda muito.

Outros tipos que evoluem mais lentamente geram um menor impacto mesmo quando só um dos olhos é acometido. É comum o indivíduo não perceber a presença da catarata porque as mudanças progressivas e leves alteram a homogeneidade do cristalino provocando um consequente aumento do grau de miopia, facilmente corrigida por óculos. Comumente sentem maior dificuldade visual à noite e no final da tarde.

Dificuldades que o idoso vai ter com um olho só

Estimativas indicam que no Brasil aumentaram a expectativa de vida e o número absoluto de pessoas idosas: em 2025 teremos a sexta maior concentração de idosos no mundo.

Os idosos têm a tendência à resistência às inovações, e as limitações físicas podem torná-los tristes e alterar sua autoestima.

A visão é um fator importante na qualidade de vida e na saúde do idoso. O impacto negativo causado pela inabili-

dade de executar tarefas fundamentais para uma “vida independente” (ex. leitura, digitar números no celular, pegar um ônibus ou dirigir automóvel) diminui a segurança de controlar o meio em que ele vive e a perda deste sentido, seja ela total ou parcial, torna-o refém do meio ambiente, podendo gerar ansiedade e até depressão, e até influir na função de outros órgãos. Há um declínio na produtividade e no bem-estar do idoso traduzindo-se em custos diretos e indiretos para a sociedade.

Cuidados devem ser tomados

Não existe tratamento clínico comprovado para prevenir a formação e progressão da catarata em um olho adulto saudável. As técnicas atuais de cirurgia, muito avançadas e minimamente invasivas, são o único tratamento para o problema.

Sexo feminino, idade avançada, predisposição genética, tabagismo exposição aos raios ultravioletas B (UVB), alcoolismo, diabetes descontrolada e uso contínuo de corticosteroides

são os fatores de risco mais associados comprovados na progressão da catarata.

Os agentes antioxidantes e os suplementos vitamínicos descritos para a prevenção da catarata ainda permanecem incertos.

Fatores relacionados a traumas oculares também devem ser evitados (ferimento penetrante, choque elétrico, radiação ionizante e infravermelha).

A dark blue silhouette of a person's head and hand is positioned on the left side of the page. The head is shown in profile, facing right, with the hand resting on a surface below. The background is a light blue gradient with faint, overlapping circular patterns.

Nova tecnologia promete monitor que diminui o cansaço visual

A Philips investiu na tecnologia *LightFrame* para produzir monitores e telas com a proposta de reduzir o cansaço dos olhos no período de exposição às imagens emitidas pelos equipamentos. O objetivo da empresa com o monitor inovador é oferecer ao usuário maior sensação de bem-estar. E isso será possível por causa da emissão de luz azul fria, responsável por oferecer uma experiência mais saudável aos usuários, do monitor com 23,6 polegadas, já disponível no mercado. O Moda 248X3LFH5B, como é chamado o equipamento, promete inclusive melhorar a concentração.

Segundo informações da empresa, o novo monitor tem estrutura de alumínio e acabamento em duas cores. Possui ainda duas portas HDMI e um conector VGA, podendo ser utilizado não apenas com computadores, mas, também, com *players* de vídeo ou consoles de videogame. O novo monitor conta com iluminação LED, que gera menor consumo de energia, e, ainda, com tecnologias que melhoram a exibição de imagens coloridas e um modo específico para tornar a leitura de documentos mais agradável.

- *SmartImage*: otimiza a imagem após analisar o conteúdo exibido na tela;
- *SmartColor*: deixa as cores mais vivas;
- *SmartTxt*: textos com muito mais nitidez.

O computador já faz parte da rotina, o problema é o exagero ou o uso inadequado!

Os computadores estão cada vez mais inseridos nas atividades da população. Segundo dados do IBGE, em 2013, dos 32,2 milhões de domicílios com computador em casa, 28,0 milhões estavam com acesso à Internet. A proporção de internautas no Brasil passou de 49,2% (2012) para 50,1% (2013) do total da população. É comum o contato com o computador no trabalho, na educação e até nos momentos de lazer.

O importante é evitar o excesso, além de observar algumas regras que podem gerar mais descanso para os olhos:

- Regularmente, olhar objetos distantes durante 10 a 30 segundos para ajudar a descansar os músculos dos olhos. Dar umas paradas para tomar um café também ajuda.
- Posicionar o computador para não ter reflexos (por exemplo, não trabalhar de costas para a janela). Se o sol estiver batendo na tela, é melhor fechar as persianas ou a cortina.
- Ajustar a direção vertical da tela e a altura do assento para olhar, ligeiramente, para baixo. É importante não trabalhar com a tela de lado, muito alta ou muito baixa.
- Evitar o uso de fontes (letras) pequenas.
- No caso de ler textos longos na tela, é melhor escolher fontes bastão (como a Verdana) ao invés de fontes serifa (Times New Roman).
- Ajustar o contraste: o preto deve ser preto (e não cinza escuro). Para isso, diminua o brilho da tela.
- Uma página em branco não deve “cegar”. Para isso, o ideal é ajustar o contraste.



O uso da anestesia em procedimentos oculares



Diversos procedimentos oftalmológicos precisam de algum tipo de anestesia, na dependência do estímulo doloroso ou mesmo do aspecto emocional. A escolha varia entre anestesia tópica, bloqueios, anestesia regional, anestesia geral ou sedação. A associação de mais de um tipo ocorre com frequência e é muito interessante sob o aspecto segurança e resultado final.

A anestesia tópica (local) é usada de rotina em procedimentos ambulatoriais, exames, retirada de corpo estranho e até mesmo em cirurgias de catarata e estrabismo. Nestas, o uso de sedação é fundamental para manter o paciente tranquilo e complementar a analgesia (falta de sensibilidade à dor).

A anestesia geral é mais utilizada em crianças, em pacientes com distúrbios neurocomportamentais e cirurgias longas. Atualmente, é utilizada, quase sempre, associada a um bloqueio, o que favorece a analgesia pós-operatória e reduz as doses de drogas depressoras do sistema nervoso central utilizadas.

Os bloqueios são amplamente utilizados em cirurgias oftálmicas e geralmente são associados a um tipo de sedação para controle do estresse operatório e da ansiedade. A cirurgia ocular acarreta uma grande tensão emocional nos pacientes, o que pode ser prejudicial para aqueles portadores de doenças cardíacas e hipertensão arterial. Desta forma, a sedação atua também no controle destas patologias. É sabido que este estresse provoca liberação de catecolaminas endógenas, cuja ação sistêmica pode ser mais danosa do que a ação das catecolaminas utilizadas no preparo de anestésicos locais ou adicionadas a uma solução de BSS.

A sedação atualmente é um processo bastante difundido para várias modalidades de procedimentos cirúrgicos. Na anestesia moderna, não se concebe que um paciente sofra dor ou qualquer tipo de ansiedade ou desconforto antes, durante ou mesmo depois do ato operatório, sabendo-se que existem métodos seguros para o controle destes problemas. A escolha da modalidade de sedação depende do tipo de procedimento e pode ser leve, moderada ou profunda. Na modalidade leve, o paciente mantém a consciência e responde quando questionado, permanecendo

tranquilo e relaxado. Na modalidade moderada, o paciente dorme, mas responde facilmente a estímulos dolorosos, verbais e tácteis. Na modalidade profunda, o paciente responde apenas a estímulos dolorosos, dorme profundamente e pode haver um grau de depressão respiratória que necessite de controle das vias aéreas por meio de cânulas ou máscaras. Podemos dizer que a sedação complementa perfeitamente uma anestesia local, mas não bloqueia totalmente os estímulos dolorosos como a anestesia geral, que requer recursos especiais de controle da depressão do sistema nervoso central por meio de equipamentos, sondas traqueais e anestésicos inalatórios ou endovenosos. É, na verdade, uma combinação perfeita, a sedação e a anestesia local, pois, além de tudo, proporciona um custo-benefício excelente e propicia um despertar rápido e pronto restabelecimento.

A sedação leve ou moderada pode ser administrada por um médico que não esteja participando da cirurgia e que tenha conhecimento das drogas utilizadas, dos efeitos e suas interações e estar capacitado a exercer manobras de reanimação. Neste caso, o anestesista é o profissional mais capacitado para esta finalidade, mas pode ser um médico de outra especialidade com o conhecimento exigido por lei. O paciente deve ser submetido à monitorização cardíaca, respiratória e de pressão arterial e receber suplementação de oxigênio por cateter ou máscara. A sedação profunda, no entanto, deve ser ministrada apenas por um anestesista pelo fato de ser um procedimento cujo plano é limítrofe ao de uma anestesia geral.

“Na anestesia moderna, não se concebe que um paciente sofra dor ou qualquer tipo de ansiedade ou desconforto antes, durante ou mesmo depois do ato operatório, sabendo-se que existem métodos seguros para o controle destes problemas.”

O Conselho Federal de Medicina (CFM) estabelece rigorosa regulamentação em relação à prática dos procedimentos cirúrgicos em clínicas e consultórios, determinando as condições do local, equipamentos e a classificação de risco cirúrgico. Os pacientes devem ser avaliados clinicamente e estar em condições adequadas de controle de suas patologias. Os portadores de doenças graves devem ser encaminhados para a realização do procedimento em um hospital.

Uma consulta com o anestesiológico é recomendada e proporciona ótimo resultado quanto à orientação pré-

via, diminuindo o nível de ansiedade do paciente. Além de uma avaliação clínica, nesta consulta a orientação de jejum pode ser especificada para cada caso em particular, como é o caso dos diabéticos, e a orientação sobre o uso ou suspensão de medicamentos utilizados na rotina diária do paciente e que possam interferir no procedimento deve ser abordada. Deve ser explicado o tipo de anestesia que será aplicada, os riscos e benefícios da mesma e, finalizando, a assinatura de um termo de consentimento informado é formalizada pelo médico e pelo paciente ou pessoa responsável.

A orientação básica de jejum para cirurgia é a seguinte:



Dieta normal sólida
8 horas



Leite
6 horas



**Dieta leve
(fácil digestão e magra)**
6 horas



**Água, água de coco,
chá, suco de maçã sem
polpa e sem soja**
2 horas

Para diabéticos, o jejum é indicado individualmente de acordo com o paciente para melhor controle glicêmico.

A participação de um anestesiológico em cirurgias oftalmológicas agrega segurança ao procedimento, tendo em vista que é um profissional treinado para situações críticas e está atuando única e exclusivamente para o bem-estar, conforto e controle global do paciente, permitindo

ao cirurgião o desempenho de suas funções sem preocupações paralelas. A integração de uma equipe é fundamental para a excelência dos resultados, haja vista que não existem procedimentos isento de riscos e que para tanto devemos utilizar todos os recursos disponíveis para alcançar um bom resultado, seguir as regulamentações e normas técnicas e jamais banalizar nenhum procedimento por mais simples que possa parecer.

REALCE SUA BELEZA NATURAL

SEM

COM

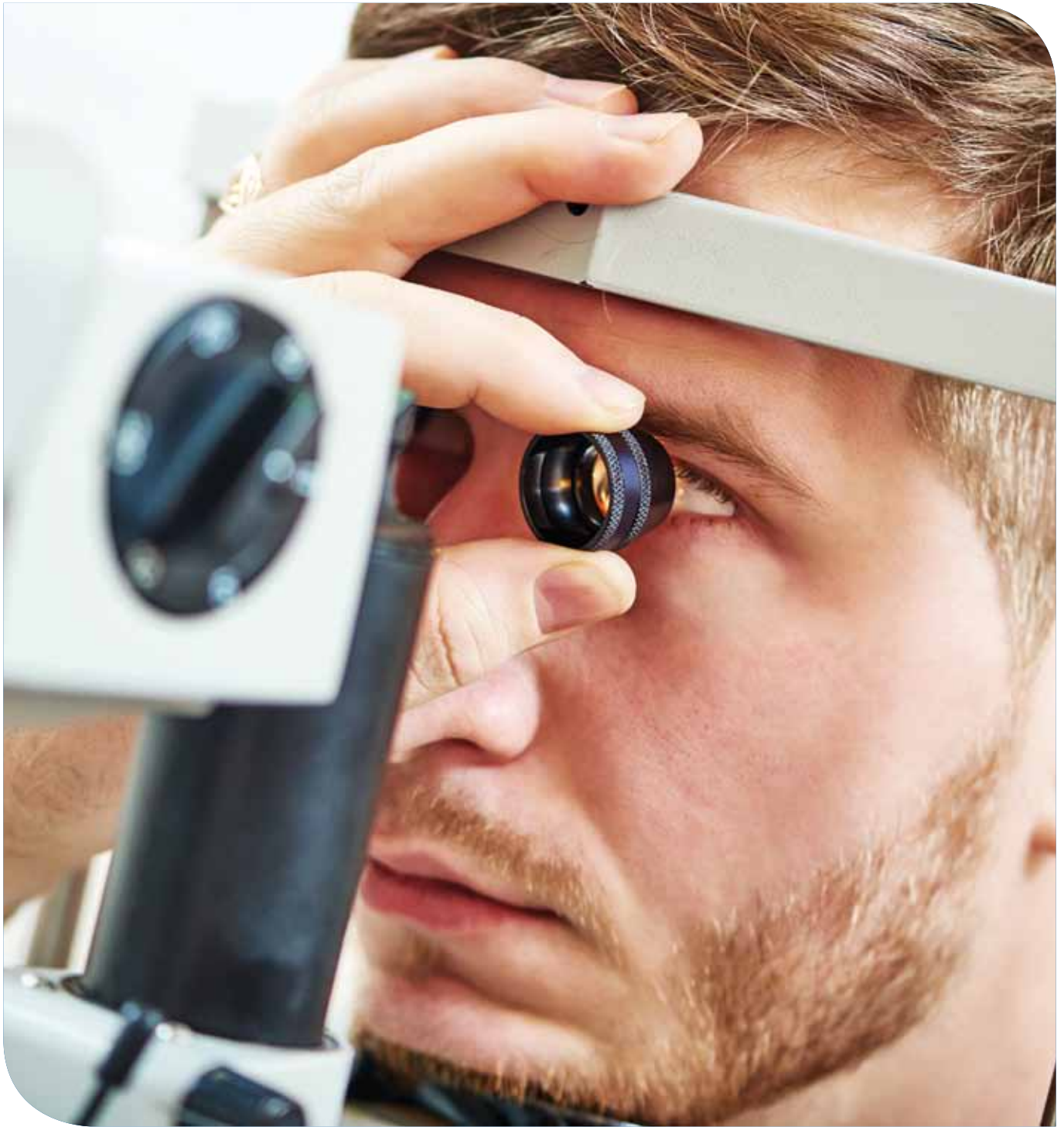
T-DAY ACUVUE DEFINE®

A primeira e única lente de contato no Brasil que, além de corrigir a visão com conforto, realça a beleza natural dos olhos.^{1,2}

saiba + em eudelente.com.br



1. Dados em anexo. Johnson & Johnson Vision Care, 2012. Estudo randomizado, cruzado, bilateral, com 4 visitas de reposição, n=534 olhos. 2. MAYERS, M.S. et al. Corneal staining and lens performance of T-DAY ACUVUE DEFINE® with LACREON® vs T-DAY ACUVUE MOIST®. Pôster apresentado na conferência da Academia Americana de Optometria, em Seattle, em outubro de 2011.



Exame de fundo de olho pode diagnosticar doenças sistêmicas como a hipertensão

Dizem que os olhos são espelhos da alma. Porém, o que muitos não sabem é que mais do que revelar o que sentimos, os olhos podem ajudar no diagnóstico de doenças, não só oculares como também sistêmicas. Nesse contexto, os olhos, na verdade, são como uma janela através da qual se enxerga a saúde do organismo de uma maneira geral.

Isso ocorre porque o fundo do olho é o único local do corpo humano onde se pode examinar diretamente, sem método invasivo, os nervos, vasos e artérias. Assim, é possível diagnosticar e avaliar a evolução de doenças como hipertensão arterial, diabetes, doenças reumáticas, doenças neurológicas, doenças hematológicas, ou qualquer outra que resulte em alteração vascular, sanguínea ou nos nervos.

O que devo saber sobre o exame?

Chamado também de fundoscopia, o exame de fundo de olho é realizado com a ajuda de um oftalmoscópio. Por meio deste, é projetada uma luz dentro do olho do paciente e, mediante a reflexão dessa luz, é possível observar as estruturas presentes no fundo do olho. Em geral, para facilitar e ampliar a visão da retina, o médico utiliza colírio para dilatar a pupila (menina dos olhos).

Existem dois tipos de fundoscopia, a forma direta e a indireta. Na direta, realizada geralmente por um clínico geral, utiliza-se um oftalmoscópio direto – aparelho simples e portátil – que permite obter uma imagem ampliada da retina, mas com um campo de visão mais restrito, uma vez que possibilita ver apenas as regiões centrais do fundo de olho. Já a forma indireta, realizada especialmente por um oftalmologista com equipamentos mais complexos e maiores, embora gere uma ampliação menor da retina, permite a sua visualização completa.

Vale lembrar que o exame é importante para indivíduos em todas as faixas etárias:

- **Recém-nascidos e bebês:** o exame deve ser feito logo após o parto, pois quanto mais cedo uma anomalia for diagnosticada, mais eficaz será o tratamento e a possibilidade de reversão da doença. Sendo imprescindível a realização em prematuros ou crianças cujas mães durante a gestação tiveram algum tipo de infecção.
- **Adultos:** nessa fase o exame deve ser realizado regularmente para diagnosticar precocemente doenças locais ou doenças que predisponham a males na região dos olhos como hipertensão arterial e diabetes.
- **Idosos:** no envelhecimento, o exame pode detectar o surgimento de drusas (depósitos de cristais brancos ou levemente amarelados) na retina, que podem levar à cegueira e degenerações maculares próprias da idade; além de ajudar no controle de doenças sistêmicas já existentes.

Como ocorre o diagnóstico da hipertensão por meio dos olhos?

Conhecida como “pressão alta”, a hipertensão é uma doença em que a pressão arterial é, sistematicamente, igual ou maior que 14 por 9. Muito comum na população, segundo a Sociedade Brasileira de Hipertensão (SBH), a doença acomete uma em cada quatro pessoas adultas. Estima-se que atinja em torno de, no mínimo, 25% da população brasileira adulta, chegando a mais de 50% após os 60 anos e está presente em 5% das crianças e adolescentes no Brasil.

Como a hipertensão arterial é silenciosa e assintomática, poucas queixas são relatadas pelos pacientes. Quando a pessoa está com a pressão alta, os vasos ficam contraídos, muitas vezes com estreitamentos e formas tortuosas, além de pequenos edemas ou hemorragias, podendo gerar, ainda, a oclusão (entupimento) dos vasos que irrigam a retina e, dependendo do vaso afetado, causar até a perda parcial da visão. Além disso, em aumentos muito extremos da pressão podem ocorrer também inchaço do nervo óptico e até deslocamento da retina.

O que os seus olhos dizem: saiba o que cada sintoma pode indicar!



- **Pupila contraída:** pode ser resultante de toxoplasmose, doenças reumáticas autoimunes, herpes, tuberculose, lepra ou certos tipos de leucemia;
- **Pupila dilatada:** pode estar relacionada a tumores, glaucoma, trauma, doenças do sistema nervoso central;
- **Visão dupla:** pode apontar presença de tumor intracraniano, acidentes vasculares centrais, traumas e hiperglicemia;
- **Olhos saltados e inchaço:** são sinais, principalmente, de distúrbios da tireoide;
- **Cegueira momentânea:** pode indicar tumor intracraniano, má circulação no cérebro ou arritmia cardíaca;
- **Visão borrada:** borrões ou manchas vermelhas persistentes nas áreas brancas de ambos os olhos podem sinalizar diabetes, sangramento ocular, inflamação ou hipertensão arterial;
- **Olho seco:** a falta de lágrima pode ser causada por disfunções hormonais, menopausa e até *Síndrome de Sjögren* – doença reumática crônica. A menopausa causa mudanças nos níveis dos hormônios, afetando, entre outras coisas, os mecanismos de lubrificação dos olhos;
- **Vermelhidão:** viroses ou infecções localizadas podem causar vermelhidão nos olhos. Outros possíveis sintomas são: dor ao redor dos olhos, sensibilidade à luz e olhos lacrimejantes;
- **Anéis ao redor da íris:** um anel branco com aspecto leitoso ao redor da íris pode ser um sinal de colesterol alto. Ele é causado por uma deposição de gordura na córnea, a área clara do olho.

Lembre-se que, em qualquer sintoma, a melhor opção é consultar um oftalmologista. Só ele poderá dar o diagnóstico correto e indicar o melhor tratamento para você.

NOVA

VARILUX E SERIES

O NOVO DESIGN DA SÉRIE QUE REVOLUCIONOU AS LENTES MULTIFOCAIS



A gama Varilux® series, a revolução nas lentes multifocais, está sendo ampliada. Varilux® S series proporciona visão absoluta aos presbitas e, agora, a Essilor lança Varilux® E series. Desenvolvida com a tecnologia Nanoptix, que controla o efeito prismático, esta nova lente oferece equilíbrio e adaptação extremamente fáceis. Com Varilux E series, o efeito de flutuação, causado pelo astigmatismo residual, é reduzido em até 50% em relação às melhores lentes multifocais do mercado. É uma ótima opção para usuários que procuram lentes com transição suave entre as zonas de visão e com baixos níveis de distorção na visão periférica.

Conheça a diferença de performance do Nanoptix entre os designs Varilux series:

- **Varilux S series** gerencia com alto nível de complexidade toda a superfície da lente, gerando ainda mais conforto na transição das zonas de visão.
- **Varilux E series** gerencia o desvio dos feixes de luz nos pontos da lente que geram maior desconforto para o usuário.

reduz em até
90%
o efeito de flutuação



reduz em até
50%
o efeito de flutuação

Simulação da redução do efeito de flutuação.



Lente Multifocal clássica



Lentes com tecnologia **NANOPTIX**



LINHA VARILUX SERIES

VARILUX 40

VARILUX design


VARILUX e design



www.varilux.com.br/nanoptix



Doutor, pode me explicar?



A consulta médica é o momento em que o paciente está diante do profissional habilitado para sanar as dúvidas para suas queixas de saúde, dentro das questões relativas ao atendimento. Sair do consultório com clareza do problema ocular que aflige é um ponto importante. A informação faz parte não só do tratamento, mas da prevenção.

A revista Veja Bem tem a função de informar e conscientizar seu leitor. Quando o assunto é Oftalmologia, podemos especificar alguns termos que, muitas vezes, podem dificultar o entendimento de questões que podem ser facilmente tratadas.

Para essa edição, escolhemos falar sobre doenças oculares relacionadas à mácula, parte muito nobre do olho, situada na região central da retina. Sua estrutura tem grande importância na formação da imagem, é responsável pela visão central, além de possibilitar enxergar as cores.

DEGENERAÇÃO MACULAR RELACIONADA À IDADE: doença ocular degenerativa que ocorre, geralmente, depois dos 60 anos de idade e afeta a mácula (região central da retina). Causa baixa visão central e dificuldade, principalmente, a leitura.

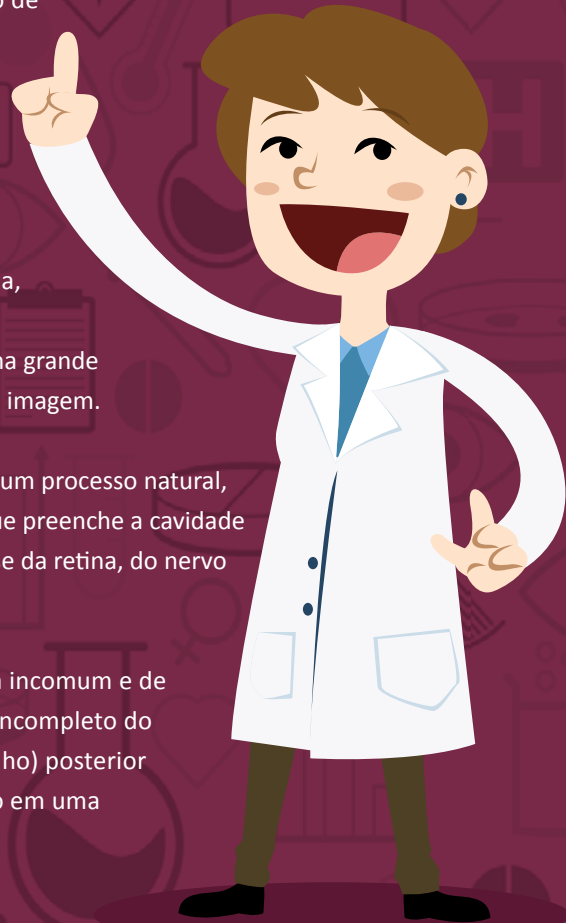
BURACOS MACULARES: doença caracterizada por um defeito na espessura total da retina na região central da mácula (fóvea), formando um buraco crescente. O paciente perde a capacidade de ler e enxergar diretamente, mas não sofre perda de visão periférica. Pode causar grande impacto na visão levando à cegueira, em casos avançados. Homens e mulheres com mais de 40 anos possuem maior predisposição.

EDEMAS MACULARES: definido pelo aumento da permeabilidade dos vasos sanguíneos – eles se tornam facilmente penetráveis – levando ao acúmulo de líquido e depósitos de proteínas na retina e/ou mácula, causando inchaço da retina e prejudicando a sua função (formar as imagens). Nesses casos, os pacientes podem perceber embaçamento visual e manchas (no campo de visão) e também distorção da imagem.

MEMBRANAS EPIRETINIANAS MACULARES: são alterações geralmente encontradas em pessoas com mais de 50 anos de idade, de ambos os sexos. Pode ocorrer em resposta a um aumento e encolhimento de um grupo especial de células na superfície da retina, comumente associada a um descolamento do vítreo posterior. Pode causar perda visual leve a moderada na grande maioria dos casos, e sinais e sintomas de distorção de imagem.

DESCOLAMENTO DO VÍTREO POSTERIOR: parte de um processo natural, ao longo da vida, o vítreo (substância transparente que preenche a cavidade central do olho, colado à retina) solta-se, separando-se da retina, do nervo óptico e dos vasos na parte posterior do olho.

SÍNDROME DE TRAÇÃO VÍTREOMACULAR: doença incomum e de causa desconhecida. Nestes casos, o descolamento incompleto do vítreo (espécie de gel que preenche a cavidade do olho) posterior promove alterações estruturais da retina, resultando em uma visão distorcida e baixa visual.





CBOTV
www.cbo.com.br

A informação que você deseja está aqui:

www.cbo.com.br

A CBOTV traz reportagens e vídeos educativos desenvolvidos especialmente para você, paciente. No novo portal CBO você também encontra textos informativos sobre vários temas.

Na CBOTV também está disponível a série "Disposição em Servir", com depoimentos de vários parlamentares que assumem publicamente seu apoio à Oftalmologia Brasileira.

Veja, conheça e comente.

CBO, trabalhando para estar cada vez mais próximo de você.



CBO

CONSELHO BRASILEIRO DE OFTALMOLOGIA

LINHA DIRETA

POR MÁRCIA ASEVEDO



Falando sobre problemas de refração

Quando os olhos não focalizam uma imagem com nitidez, embaçando a visão, o melhor é procurar um especialista! Você pode estar apresentando erros de refração.

O problema acontece quando o feixe de luz ambiente, que atravessa o globo ocular para formar a imagem na retina, sofre algum desvio provocado pela anatomia do olho, impedindo a perfeita revelação da imagem na retina. Os erros de refração são:

- 1. Miopia (ou visão de curta distância):** acontece quando o globo ocular é muito comprido, ou a córnea é muito curva, e os raios de luz focalizam antes da retina. Neste caso, os objetos a distância perdem a nitidez.
- 2. Hipermetropia:** quando os raios luminosos que vão em direção aos olhos se encontram num foco atrás da retina. Isso acontece quando o globo ocular é menor ou a córnea mais curva. Isso gera dificuldade para enxergar de perto, principalmente no caso de leitura de textos.
- 3. Astigmatismo:** o feixe de luz incide em ângulos diferentes, porque neste caso o formato do globo é irregular e um pouco oval, gerando uma imagem borrada tanto de perto quanto de longe. É como enxergar através de um vidro ondulado.

Segundo a OMS (Organização Mundial de Saúde), 43% dos problemas visuais, em países em desenvolvimento, são causados por erros refrativos não corrigidos e 80% de todas as deficiências visuais podem ser evitadas ou curadas. Esses dados reforçam a intenção da revista Veja Bem em produzir informação, de forma clara e objetiva, como forma de preservar a visão da população brasileira.

Seguem esclarecimentos importantes para promoção da saúde ocular



Dor de cabeça pode ser sinal de miopia.

Verdade. Mas, normalmente, as dores de cabeça por causas oftalmológicas têm características próprias e se resolvem com a correção do erro de refração feita pelo uso de óculos, lentes de contato ou cirurgia.



Quem usa óculos não pode doar a córnea.

Mito. Miopia, hipermetropia ou astigmatismo não alteram a estrutura da córnea.



Usar os óculos de outra pessoa faz mal.

Verdade. Os óculos são objetos pessoais, feitos sob medida. Usar os de outra pessoa pode causar dores de cabeça, tonturas, enjoo e fadiga ocular.



Usar óculos continuamente faz o grau aumentar ou diminuir.

Mito. Isso não interfere na evolução de erros de refração, como miopia e astigmatismo.



Quem força a visão necessitará de óculos.

Mito. O esforço para ler é uma consequência dos erros de refração (miopia, hipermetropia e astigmatismo) e não uma causa. Esses distúrbios, na maioria dos casos, são genéticos e nada têm a ver com os hábitos do dia a dia.



A cirurgia de miopia elimina para sempre o uso de óculos.

Mito. A cirurgia de miopia garante a redução do grau de miopia, porém não é garantido “zerar” o grau. A avaliação deve ser feita em cada caso. As pessoas não são todas iguais!



O uso de lente de contato ou de óculos estabiliza o grau.

Mito. A correção do grau com óculos ou lentes de contato não estabiliza o grau, que pode alterar até os 25 anos, independente do uso de óculos. Os óculos ajudam a enxergar, mas não tratam o problema; não corrigem a lesão.



A cirurgia refrativa para corrigir o astigmatismo não tem nenhuma contraindicação.

Mito. A cirurgia refrativa não é indicada para portadores de astigmatismo que apresentem outras doenças oculares importantes como o ceratocone, glaucoma etc. Cada caso precisa ser avaliado por um especialista.



O astigmatismo só é corrigido com óculos ou lentes de contato.

Mito. Atualmente, a doença pode ser corrigida com a cirurgia refrativa a laser ou até mesmo com o implante de lentes intraoculares.



O astigmatismo pode provocar dor de cabeça nos momentos em que se fazem esforços visuais.

O uso de óculos ou lentes de contato evita que a dor de cabeça se manifeste.

Verdade. Porém, esta não é a causa das dores de cabeça que se apresentam de forma intensa e frequente. A pessoa com astigmatismo que usa óculos ou lentes de contato não se queixa deste sintoma quando somente relacionado à visão.



18mil agradecimentos

Ao longo de sua história, o CBO tem buscado oferecer serviços úteis aos seus associados. Esse esforço contínuo requer investimentos maiores do que uma sociedade médica como a nossa é capaz de realizar sozinha.

Felizmente, não estamos sós. Contamos com empresas que tanto atuam na Oftalmologia, como reconhecem nossos esforços. Também sabem a importância de levar serviços aos nossos associados, e acreditam no trabalho que realizamos. Por isso, em tempos de verbas curtas em todos os setores e instâncias, investem em nossas ideias, em nossos projetos.

Carinhosamente, referimo-nos a essas empresas como Patronos CBO. Em 2015, os projetos do CBO contam com o apoio da Alcon, da Essilor, da Genom e da Johnson & Johnson, que agora recebem aqui nosso sincero Muito Obrigado!



CONSELHO BRASILEIRO DE OFTALMOLOGIA



Oftalmologia quer dizer literalmente: ciência do olho.

É a especialidade médica que estuda, diagnostica e trata das doenças e lesões oculares. Oftalmologista é, portanto, o médico que cuida dos olhos.

Manter a saúde ocular e corrigir problemas melhora nossa capacidade de apreciar a vida e de tê-la mais longa e produtiva.

Por isso, entregue os cuidados com seus olhos somente ao seu oftalmologista.