

# veja Bem...

*CBO em Revista*

... entenda as causas da cegueira  
e da baixa visão no Brasil

**Comportamento**

Acidentes e trauma ocular

**Ciência e tecnologia**

Como a cirurgia de  
catarata recupera a visão

**Com foco**

Degeneração Macular Relacionada  
à Idade: o que é importante saber



CONSELHO BRASILEIRO DE OFTALMOLOGIA

CONSELHO BRASILEIRO DE OFTALMOLOGIA  
Rua Casa do Ator, 1117- 2º andar  
Vila Olímpia- CEP: 04546-004- São Paulo- SP  
Tel.: (55 11) 3266.4000 / Fax: (55 11) 3171.0953  
imprensa@cbo.com.br - www.cbo.com.br

### Diretoria Gestão 2018/2019

José Augusto Alves Ottaiano  
Presidente - Marília – SP

José Beniz Neto  
Vice-Presidente - Goiânia – GO

Cristiano Caixeta Umbelino  
Secretário-Geral - São Paulo – SP

Abrahão da Rocha Lucena  
1º Secretário - Fortaleza – CE

Sérgio Henrique Teixeira  
Tesoureiro - São Paulo – SP

**Produzido por**  
Selles Comunicação

**Coordenação Editorial**  
Alice Selles

**Projeto gráfico**  
Bianca Andrade

**Diagramação**  
Danielle Amaral

**Jornalista Responsável**  
Juliana Temporal

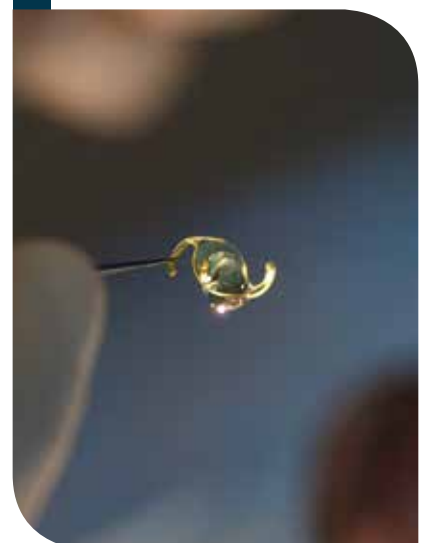
# Índice

## 05 **Palavra do Presidente**



## 06 **Comportamento** Acidentes e trauma ocular

## 10 **Ciência e tecnologia** Como a cirurgia de catarata recupera a visão



13

### Vida e visão

Erros refrativos devem receber a devida atenção



17

### Papo de consultório

A relação entre diabetes e saúde ocular



24

### Prevenir é melhor

A importância da consulta periódica com o oftalmologista



21

### Com foco

Degeneração Macular Relacionada à Idade: o que é importante saber



29

### Linha direta

Mitos e verdades sobre o Glaucoma



33

### Idioma do especialista

Retinose pigmentar



# Tudo o que você precisa e procura sobre Oftalmologia, no Portal CBO!



Acesse: [www.cbo.com.br](http://www.cbo.com.br)



CONSELHO BRASILEIRO DE OFTALMOLOGIA

## Palavra do Presidente



**José Augusto Alves Ottaiano**

Presidente do Conselho  
Brasileiro de Oftalmologia  
Gestão 2018-2019

**“Queremos  
mostrar riscos  
que são reais,  
mas que podem  
ser evitados...”**

**P**rezado leitor,

Como médico e professor, convido você a fazer, nas próximas páginas desta revista, uma importante viagem sobre o conhecimento necessário para cuidar de sua saúde ocular e visual.

Em linguagem clara, direta e compreensível, especialistas nos vários campos da Oftalmologia explicam os principais problemas que afetam os olhos e a visão de cada um de nós e, principalmente, o que pode e deve ser feito para evitá-los ou, quando isto não for possível, controlá-los para que a qualidade de vida e a possibilidade de ver o mundo ao redor sejam mantidas.

Quando falamos de traumas oculares, catarata, erros refrativos, consequências oculares do diabetes, degeneração macular relacionada à idade, glaucoma e retinose pigmentar, não queremos chocar ou assustar. Queremos mostrar riscos que são reais, mas que podem ser evitados com medidas e providências que estão ao alcance de cada um de nós, a começar com a consulta periódica ao grande amigo de sua visão, o Médico Oftalmologista.

O conhecimento é o primeiro instrumento que temos para garantir a saúde ocular. Esse mesmo conhecimento nos permite refletir sobre e reivindicar as medidas necessárias para levar assistência oftalmológica de qualidade a todos os cidadãos brasileiros, independente da classe social a que pertençam ou do local onde residam. E, nesta revista que tem em mãos, conseguimos reunir uma pequena, mas significativa parte desse conhecimento, que queremos compartilhar com você e sua família.

Por fim, quero ressaltar que cada linha dessa revista representou o trabalho de várias pessoas, que deram o melhor de si para que você possa cuidar melhor de seus olhos e de sua visão.

Boa leitura.



“Algumas lesões não apresentam sintomas imediatos, e, por isso, é importante procurar um especialista.”

# Acidentes e trauma ocular

**D**e acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), a cada ano, entre 1,5 milhão e 2 milhões de pessoas ficam cegas, no mundo, em decorrência dos danos causados por traumas oculares. Os mais afetados por traumas decorrentes de acidentes são pessoas em idade laboral, mas eles podem atingir a todas as faixas etárias, em casa, no trabalho ou na escola.

O trauma ocular consiste em um acidente de gravidade variável que afeta um ou os dois olhos. Ele pode ocorrer de diversas maneiras:

**Trauma por contusão:** mais comum de todos, pode ocorrer durante a prática de esportes, com cotovelada ou contato acidental, ou até mesmo por pancadas da bola, ou munições, como no caso do paintball, um dos acidentes mais terríveis aos olhos, devido à força com que o projétil atinge o olho. O uso de máscaras e óculos protetores é sempre aconselhado. Nesse tipo de trauma, é importante não pressionar ou tocar na área atingida, apenas cobrindo-a com um pano, levando o acidentado imediatamente para um hospital, para ser analisado por um especialista. Mesmo que inicialmente não haja sintomas como dor ou perda

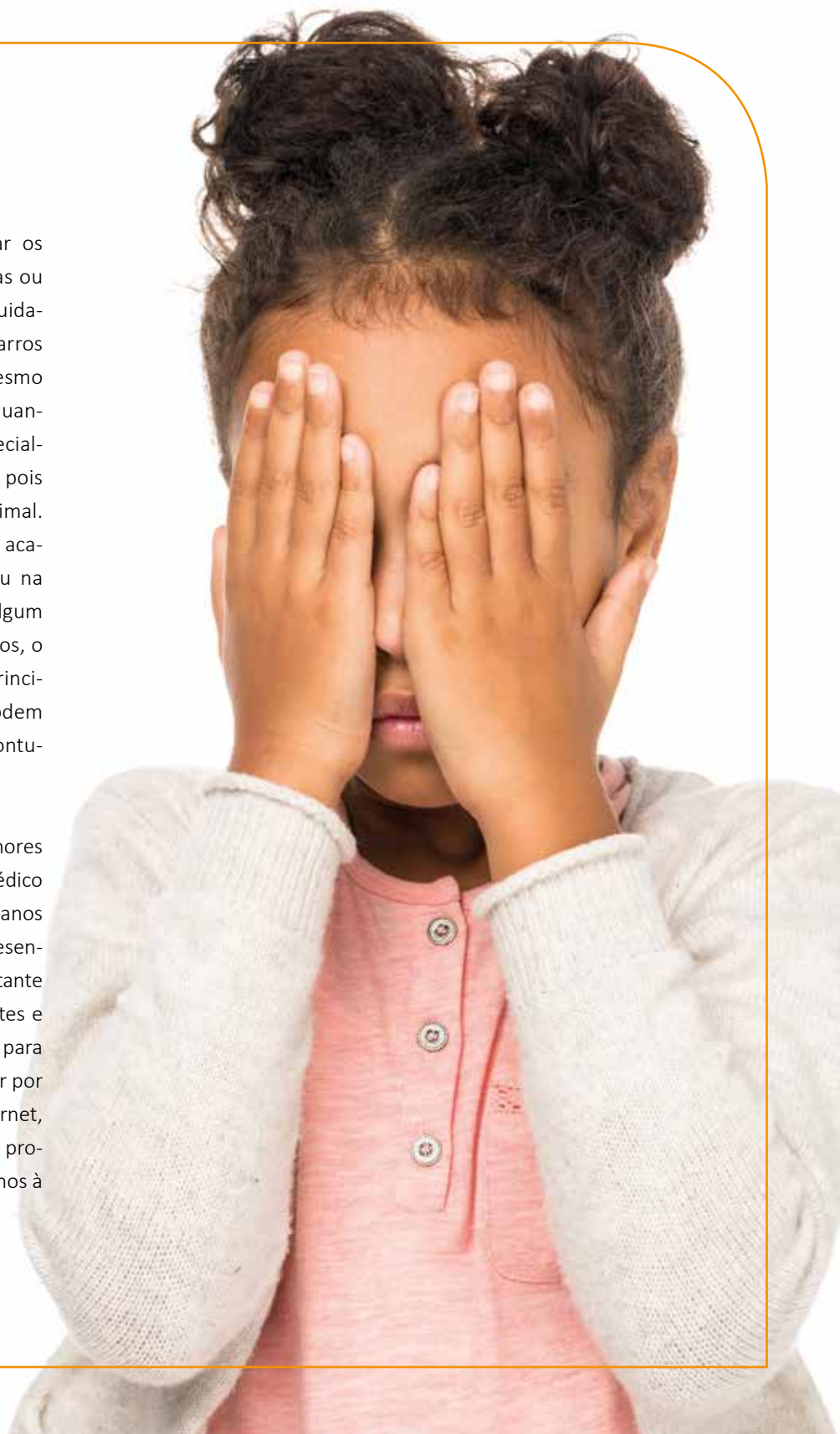
de visão, é necessário que um médico oftalmologista analise a lesão para descartar futuros riscos.

**Trauma por perfuração:** consiste em corte ou perfuração por objetos pontiagudos ou afiados. Os maiores causadores de traumas oculares perfurantes costumavam ser os acidentes de trânsito, porém, com o uso do cinto de segurança e de películas nos para-brisas que detém que fragmentos do vidro quebrado se espalhem e atinjam os olhos, os acidentes de trabalho se tornaram os principais responsáveis por esse tipo de lesão, que mais comumente ocorre em fábricas, metalúrgicas, madeireiras, oficinas, etc. Em casos de traumas por perfuração, não tente remover o objeto perfurante e não toque na lesão e encaminhe o acidentado até um especialista.

**Trauma por queimadura:** em crianças, o risco de queimadura ocular devido a painéis com líquidos ferventes, é alto, assim como queimaduras químicas com produtos de limpeza, agentes químicos corrosivos e ácidos, que além de queimar a pele podem atingir os olhos. Em casos de lesões por queimadura, mantenha a área irrigada com água ou soro fisiológico até ser analisada por um especialista, para que todas as devidas ações sejam tomadas com relação aos danos causados à saúde ocular.

Crianças devem ser ensinadas a não coçar os olhos após contato com substâncias químicas ou plantas com seiva. Também deve-se tomar cuidado com panelas ao alcance de suas mãos, cigarros acesos ao pegar a criança no colo ou até mesmo lápis e outros brinquedos pontiagudos enquanto elas brincam. Cuidado com animais, especialmente aves, cães e gatos, deve ser tomado, pois a criança pode ter os olhos atingidos pelo animal. Já os idosos, com o declínio da visão, podem acabar sendo vítimas de acidentes em casa ou na rua, além de substituição do colírio com algum outro medicamento que não pode ir aos olhos, o que pode causar queimaduras químicas. O principal risco para idosos é o de queda, já que podem acabar afetando os olhos com traumas por contusão ou perfuração.

Até mesmo em situações de traumas menores ou mínimos, é importante a visita a um médico oftalmologista, para descartar quaisquer danos aos olhos afetados. Algumas lesões não apresentam sintomas imediatos, e, por isso, é importante procurar um especialista. Em caso de acidentes e traumas oculares, encaminhe o acidentado para um hospital assim que possível. Não tente agir por conta própria ou procurar soluções na internet, pois os resultados podem ser desastrosos: o procedimento incorreto pode levar a maiores danos à saúde dos olhos.





# O ÚNICO COM A TECNOLOGIA HYDRAGLYDE® QUE GARANTE CONFORTO O DIA TODO<sup>1</sup>.



# Alcon

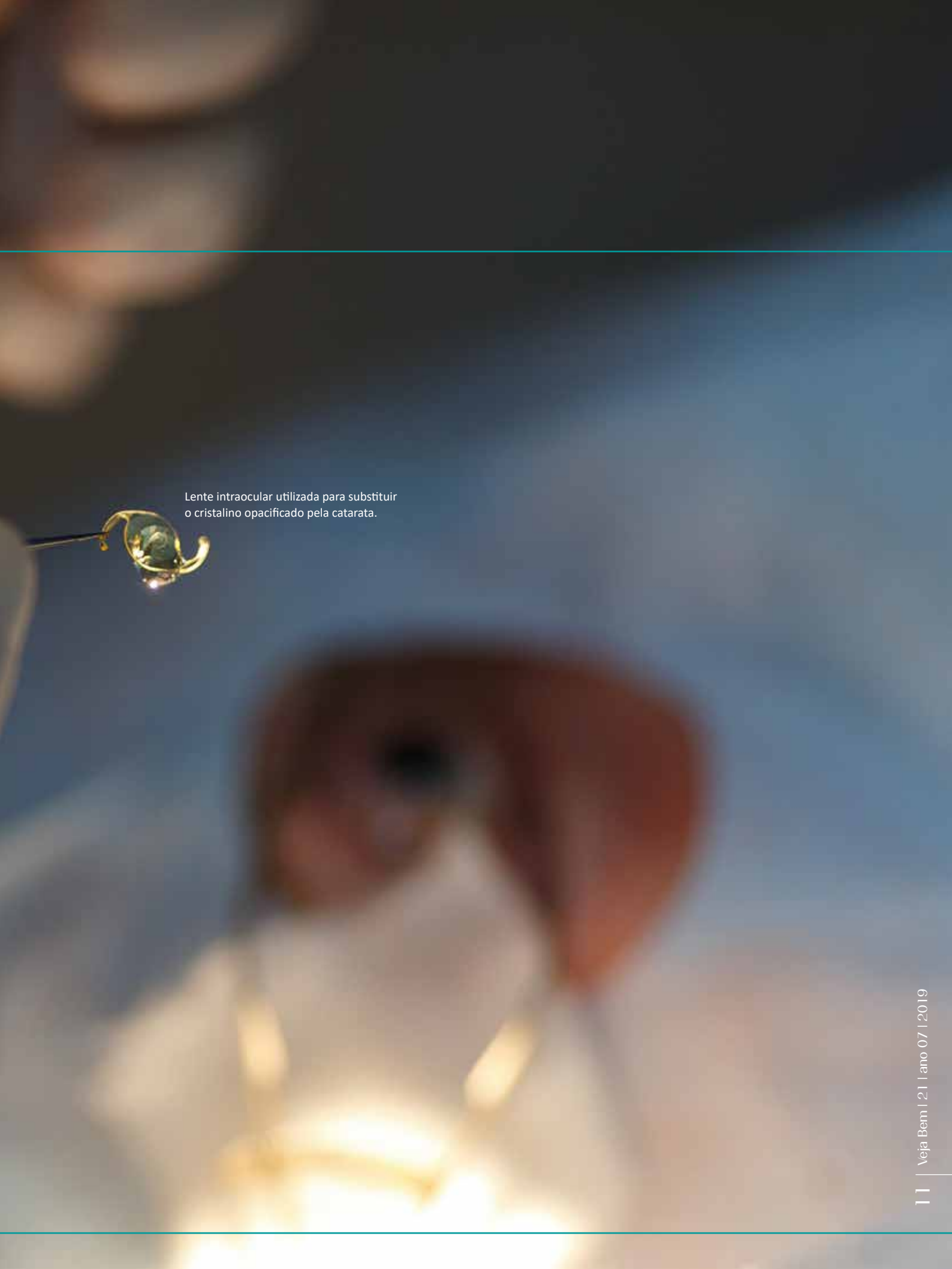
\* Fonte: IMS GPS MAT Fev/19

Referência: 1. OPTI-FREE puremoist Solução de Desinfecção Multipropósito – Instruções de uso do produto.  
Reg ANVISA: 80153480094

# Como a cirurgia de catarata recupera a visão

**C**erca de 12 milhões. Essa é a quantidade de casos de cegueira por consequência da catarata em todo o mundo. Segundo dados do IAPB (Agência Internacional para a Prevenção da Cegueira), a doença é a maior causa de cegueira, configurando 25.81% dos casos. No Brasil, estima-se que existam aproximadamente 350.000 cegos por catarata. Ocorre que parte considerável desses casos poderiam ser evitados através do diagnóstico correto e intervenção médica. A cirurgia de catarata é a única opção para recuperação da capacidade visual. O procedimento pode, ainda, auxiliar na correção de erros refrativos, como astigmatismo, miopia e hipermetropia.

A catarata senil é o tipo mais comum e parte do motivo se dá ao aumento da população idosa. Segundo dados do IBGE (2019), o número de pessoas com mais de 60 anos deve dobrar no Brasil até o ano de 2042. A velocidade do crescimento da população nessa faixa etária traz consigo o aumento da prevalência de problemas visuais, pois as três principais causas de cegueira – catarata,



Lente intraocular utilizada para substituir o cristalino opacificado pela catarata.

**“A cirurgia pode e deve ser realizada antes que a baixa visual comprometa a qualidade de vida do paciente.”**

glaucoma e degeneração macular relacionada à idade – acometem, em sua maioria, os idosos.

A boa notícia é que o quadro de baixa visão e cegueira causado pela doença pode ser revertido através da cirurgia. O procedimento é realizado a partir da inserção de uma lente intraocular, sendo extremamente eficaz e proporcionando um resultado quase imediato no que diz respeito à reabilitação da visão. Unidades de saúde bem gerenciadas são capazes de realizar um alto volume de cirurgias de catarata, com ótima qualidade.

Ao contrário do que muitos pensam, não é necessário esperar a catarata “amadurecer”. A cirurgia pode e deve ser realizada antes que a baixa visual comprometa a qualidade de vida do paciente. Oftalmologia e tecnologia são grandes aliadas, trazendo excelentes resultados para a visão. Se você sofre com o problema, converse com seu oftalmologista a respeito da cirurgia. O procedimento pode ser a oportunidade para ver um mundo novo, de novo.

# Erros refrativos devem receber a devida atenção

**U**ma dificuldade para ler um texto aqui, outra, para focar um letreiro mais distante ali... Não enxergar com nitidez pode ser um sinal de alerta. Os erros de refração formam um dos grupos de doenças oculares de maior prevalência mundial, mas nem sempre recebem a atenção necessária, podendo colocar a visão em risco.

Eles acontecem quando a luz sofre algum desvio antes de atingir a retina para formar a visão, causado pela própria anatomia do olho, ao atravessar o globo ocular.

## **OS ERROS DE REFRAÇÃO SÃO:**

**Miopia:** causada pelo formato muito comprido do globo ocular ou pela curvatura acentuada da córnea, o que faz com que os raios de luz focalizem antes da retina. Sendo assim, torna-se mais difícil enxergar objetos que estão longe.

**Hipermetropia:** neste caso, os raios luminosos focalizam após a retina, devido ao tamanho do globo ocular, que é menor. Aqui, a dificuldade é para enxergar de perto.

**Astigmatismo:** quem convive com este problema encontra dificuldade para enxergar tanto de perto, quanto de longe, pois a luz incide em ângulos diferentes, devido a irregularidade da superfície da córnea.

De acordo com o IAPB (Agência Internacional para a Prevenção da Cegueira), erros refrativos não corrigidos

“Graus elevados de miopia aumentam as condições de risco para a visão, incluindo descolamento de retina, catarata e glaucoma.”

configuram uma das principais causas de baixa visão, atingindo cerca de 116 milhões de pessoas em todo o mundo. Junto com a catarata, o problema é responsável por quase três quartos (74,8%) de todos os casos de deficiência visual. Segundo a estatística mundial de prevalência de miopia e astigmatismo, até 30% das pessoas com menos de 40 anos necessitam ou necessitarão usar óculos, o que inclui parte dos casos de hipermetropia. As projeções encontradas no Atlas do IAPB é que, até o próximo ano, 34% da população mundial seja afetada pela miopia e, até 2050, quase 50%.

Os erros refrativos são comuns e podem ser corrigidos através do uso de óculos, lentes de contatos ou mesmo por meio da cirurgia refrativa. Ainda assim, são frequentemente ignorados e é onde se encontra o problema. Graus elevados de miopia aumentam as condições de risco para a visão, incluindo descolamento de retina, catarata e glaucoma. Em casos ainda mais graves, existe a possibilidade de desenvolvimento de uma doença chamada de degeneração macular miópica, que aparece como uma das principais causas de cegueira em diversas partes do mundo.

Diagnosticar e corrigir erros refrativos fazem parte do melhor caminho a ser seguido. Caso você note alguma dificuldade para enxergar ou mesmo suspeite que crianças próximas estão enfrentando o mesmo problema – parte considerável dos erros de refração surge na infância – não hesite em consultar seu oftalmologista!





*A cada dia,  
uma nova descoberta.*



 SAC ALLERGAN  
0800-144077



Para mais informações, acesse  
as instruções de uso

**VIVER+**

 **Allergan**





## A relação entre diabetes e saúde ocular

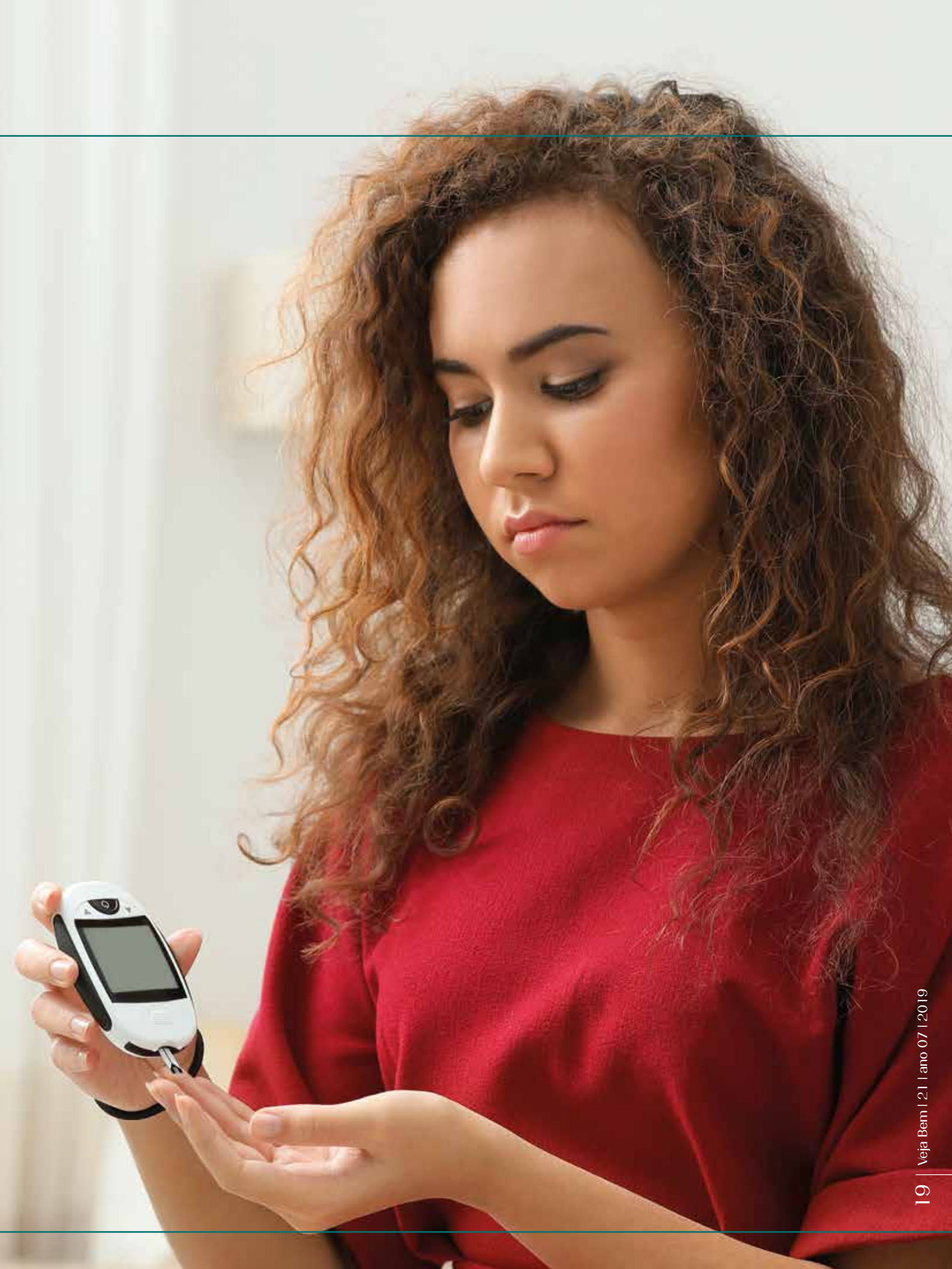
O diabetes é considerado, mundialmente, um dos maiores problemas de saúde. Manter a glicemia sob controle auxilia na redução dos riscos de doenças renais, cardíacas e infecções. No entanto, sem o acompanhamento adequado pode haver inúmeras complicações que atingem, também, os olhos, causando visão embaçada e, com o passar dos anos, perda da acuidade visual. Ambos os sintomas podem estar associados à catarata ou alterações na retina, como um problema grave chamado de retinopatia diabética, que pode causar descolamento de retina, hemorragias e é capaz de levar à cegueira.

Hoje, o diabetes atinge mais de 400 milhões de pessoas, segundo dados da OMS e a tendência é que esse número siga crescendo se os hábitos da população em geral não passarem por mudanças. Além disso, este nú-

mero pode atingir proporções ainda maiores se considerarmos as crianças e quem ainda não recebeu o diagnóstico. A doença é uma das principais causas de insuficiência renal, acidente vascular cerebral e amputação dos membros inferiores. Quando falamos sobre lesão nos olhos, o diabetes é um fator de risco importante e o controle em conjunto com médicos especialistas, incluindo o oftalmologista, é fundamental.

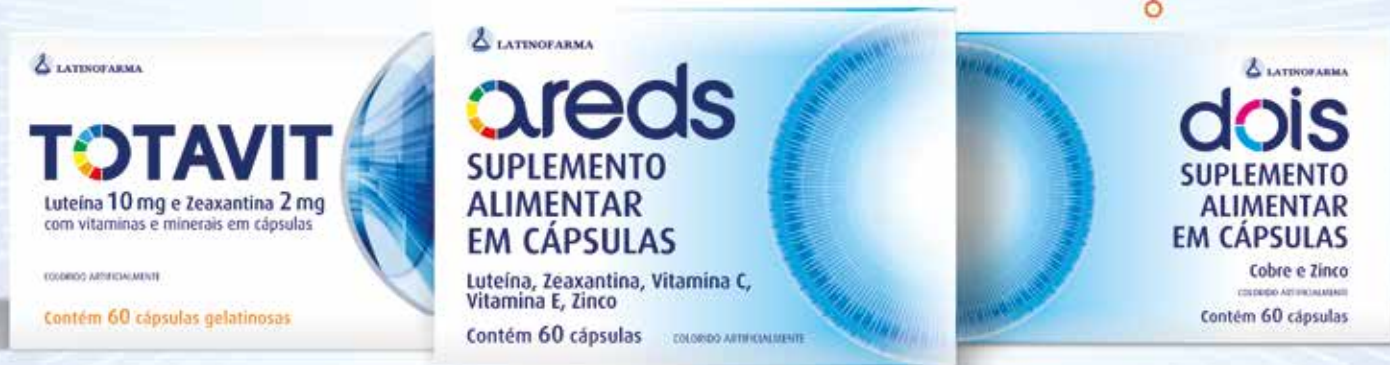
A retinopatia diabética é uma das complicações do diabetes e responsável por 4,8% dos 37 milhões de casos de cegueira provocados por doenças oculares mundialmente, o que soma cerca de 1,8 milhões de pessoas. A doença se dá de forma progressiva e quanto maior o tempo de convivência com o diabetes, maiores são as chances de desenvolvimento de lesões. Após 15 anos, cerca de 2% das pessoas com diabetes tornam-se cegas, e em torno de 10% desenvolvem perda visual grave. Com 20 anos, mais de 75% dos pacientes têm alguma forma de retinopatia diabética.

O acompanhamento médico é o primeiro passo para se obter o diagnóstico precoce, tão importante para esses casos. Estudos conduzidos por mais de 30 anos dão evidências de que a realização do tratamento reduz o risco de perda visual em mais de 90% dos casos. Todavia, a perda visual causada pela doença é irreversível e, por isso, não se deve aguardar que surjam os primeiros sintomas visuais para buscar ajuda médica.



A LINHA DE  
SUPLEMENTOS DA  
LATINOFARMA CRESCERAM!

# Chegaram novos suplementos contra os danos do estresse oxidativo<sup>1</sup>



Consulte seu oftalmologista

Estes produtos não são medicamentos. Não exceder as recomendações diárias de consumo indicadas nas embalagens. Mantenha fora do alcance de crianças.

Referências Bibliográficas: 1. Combs GF Jr. The vitamins: fundamental aspects in nutrition and health. 3<sup>rd</sup> edition. Thaca. New York; 2008.



**LATINOFARMA**  
*Uma divisão do Grupo Cristália*

# Degeneração Macular Relacionada à Idade: o que é importante saber

O processo de envelhecimento é natural e seus efeitos podem ser notados em todo o corpo, inclusive nos olhos. Em cada fase da vida, a saúde ocular deve receber atenção, seja após o nascimento, com o “teste do olhinho”, ou na fase escolar, com os erros de refração capazes de interferir no aprendizado. Após os 50 anos, no entanto, os cuidados precisam ser redobrados. Algumas doenças com potencial risco para a visão atingem, predominantemente, a terceira idade. A degeneração macular relacionada à idade – DMRI – é uma delas.



## “Em países desenvolvidos, a DMRI se apresenta como a principal causa de cegueira irreversível em pessoas com mais de 50 anos.”

O aumento da idade é o principal fator de risco. Além disso, pessoas de raça branca estão mais sujeitas à moléstia. Aterosclerose, histórico familiar e tabagismo são outros fatores que podem potencializar os riscos de desenvolvimento da doença. Os principais sintomas envolvem dificuldade na leitura, visão embaçada ou com linhas onduladas, pontos escuros ou espaços em branco e distorção, evoluindo para perda gradual e irreversível da visão.

A doença é causada pela degeneração da mácula, estrutura localizada na parte posterior do olho e responsável pela visão central. Ela se apresenta em duas formas, chamadas de “úmida” e “seca”, sendo a segunda a mais frequente e também com menor probabilidade de provocar cegueira. A forma úmida, por sua vez, pode levar à perda acentuada da visão central, pois sua principal característica é o desenvolvimento de novos vasos sanguíneos anormais na retina, que podem provocar uma hemorragia no local. Inicialmente, é comum que a doença atinja somente um dos olhos, mas, anualmente, cerca de

15% das pessoas desenvolvem a forma úmida em seu segundo olho.

Em países desenvolvidos, a DMRI se apresenta como a principal causa de cegueira irreversível em pessoas com mais de 50 anos. De acordo com estudos internacionais, existe uma incidência e prevalência crescentes após essa faixa etária, onde cerca de 30% da população com mais de 75 anos apresenta algum estágio da doença. Responsável por 8,7% de toda a cegueira devido a doenças oculares, ela atinge em torno de 3.000.000 de pessoas e a tendência é que esse número aumente como consequência do envelhecimento da população, devendo dobrar em alguns anos.

A DMRI é um dos desafios a serem enfrentados como consequência do envelhecimento da população. Nessa fase, as visitas regulares ao oftalmologista se tornam essenciais. Identificar os fatores de risco, diagnosticar precocemente e iniciar o tratamento o quanto antes apontam para melhores resultados terapêuticos, incluindo o controle do avanço da doença.





# A importância da consulta periódica com o oftalmologista

**S**egundo uma pesquisa realizada com o apoio da Bayer Healthcare, feita pela organização Retina Brasil, cerca de 7% dos brasileiros nunca foram ao oftalmologista. Além disso, 42% não fazem visitas regulares, apenas procurando o especialista ao perceberem alguma alteração visual ou problema ocular. A catarata é a principal causa de cegueira, e o erro refrativo não corrigido, a principal causa de baixa visão. Essas duas condições são responsáveis por quase três quartos (74,8%) de todos os casos de deficiência visual.

A visita ao oftalmologista deve ser feita com frequência ao longo da vida, para identificar doenças silenciosas que não apresentam sintomas, como o glaucoma, por exemplo. Aproximadamente 60% das doenças que levam à cegueira são tratáveis quando diagnosticadas precocemente. Os exames de rotina que sempre realizamos em clínicas oftalmológicas, como a detecção de pressão intraocular, por exemplo, permite que o médico oftalmologista faça o diagnóstico de doenças que causam a perda progressiva da visão e que, se detectadas tardiamente, tornam-se muito mais difícil de desacelerar ou parar, levando a uma eventual cegueira.

Além do glaucoma, doenças como a degeneração macular relacionada à idade (DMRI) e a retinopatia diabética também são silenciosas, a primeira atingindo pessoas com mais de 50 anos de idade, já a outra, sem restrição de idade, podendo atingir qualquer pessoa diabética. Essas doenças não exibem sintomas em seus estágios iniciais, porém, podem ser percebidas com exames de fundo de olho ou mapeamento da retina. Os exames permitem que o médico perceba, antecipadamente, sinais de doenças e degenerações que até mesmo o próprio paciente, por vezes, nem sequer se deu conta. Mas lembre-se: o médico oftalmologista é o único capaz de

detectar essas alterações. Esses exames não são capazes de determinar a saúde de seus olhos.

Em todas as fases da vida precisamos visitar um médico oftalmologista, começando desde muito cedo.

As consultas devem se iniciar com recém-nascidos, no famoso Teste do Olhinho, para detectar quaisquer alterações oculares logo após o nascimento. Quando crianças, devem ser levadas para consultar-se com um oftalmologista pelo menos uma vez ao ano. Os pais também devem se manter atentos ao comportamento das crianças, levando-as com maior frequência, caso necessário. Para adolescentes, a cada dois anos, salvo em casos de sintomas ou baixo rendimento escolar, é suficiente para manter a saúde ocular em dia. Quando adultos, precisamos voltar a nos consultar uma vez por ano, e o mesmo ocorre para os idosos.

É importante ficar em dia com sua saúde ocular. Visitando com regularidade um médico especialista evitamos sérias consequências, como a cegueira, por exemplo, que frequentemente pode ser evitada se prevenida com o acompanhamento médico. Não negligencie sua visão: visite um médico oftalmologista.



Soluções Multiuso para Lentes de Contato de hidrogel e silicone hidrogel

**ALL  
clean  
soft**

Segurança e Eficácia na  
**desinfecção e limpeza**  
das lentes de contato



Elimina microorganismos  
90% dos fungos e 99% das bactérias<sup>2</sup>

Eficácia contra Acanthamoeba<sup>3</sup>



**Unica**  
*sensitive*

Conforto e  
Lubrificação  
Natural

Contém  
Hialuronato  
de Sódio



Aumenta a hidratação das lentes<sup>3</sup>

Melhora a estabilidade do filme lacrimal



Referências: 1-Folheto orientativo. 2-Comparative efficacies of contact lens disinfecting solutions against *Pseudomonas aeruginosa*; Amiri, Mohammadinia, Tabatabaee, Askarizadeh and Behgazin. 2011;94:4:348-351. 3-A review on hyaluronan and its ophthalmic applications; Marjorie J.Rah, O.D,Ph.D. 2011;82:38-43

**ofta**  
Vision Health

☎ 0800-500600  
🌐 [www.oftafarma.com.br](http://www.oftafarma.com.br)

# Mitos e verdades sobre o Glaucoma

O glaucoma é uma das principais causas da baixa visão e cegueira no mundo. O glaucoma ocorre, em muitos casos, devido ao aumento de pressão dentro do olho, o que causa danos ao nervo óptico, que conecta nossos olhos ao nosso cérebro. Mas o que é o glaucoma e por que é tão perigoso para a nossa visão? Descubra o que é mito e o que é verdade sobre o glaucoma.

### Existem vários tipos de Glaucoma.

**Verdade.** Os dois principais são os de ângulo aberto e ângulo fechado. O primeiro constitui a forma crônica do glaucoma, com danos progressivos e tendência a ser hereditária. Já o segundo, define-se pelo aumento rápido e súbito da pressão intraocular, devido ao acúmulo de líquido no olho, que não é propriamente escoado. É doloroso e deve ser tratado como emergência.

### Pessoas de qualquer idade podem desenvolver glaucoma.

**Verdade.** Porém, é muito raro ocorrer em pessoas com menos de 40 anos, com a prevalência aumentando com a idade.

### Existe cura para o glaucoma.

**Mito!** O glaucoma de ângulo fechado (agudo) pode ser tratado emergencialmente com medicamentos e, em caso recorrente, com a possibilidade de tratamento a laser. No glaucoma de ângulo aberto, caso parte da visão já tenha sido perdida, ela não poderá ser recuperada. Os tratamentos são para retardar o avanço da doença, por isso é imprescindível a visita anual ao médico oftalmologista, pois nos estágios iniciais da doença, o glaucoma não possui sintomas. Pessoas acima de 40 anos, pertencentes a grupos étnicos suscetíveis e com histórico familiar, devem manter-se sempre em dia com seus exames oftalmológicos.

### Glaucoma pode levar à cegueira.

**Verdade.** Projeções do IAPB (Agência Internacional de Prevenção à Cegueira) indicavam, em 2015, que, até 2020, aproximadamente 80 milhões de pessoas desen-

volverão glaucoma, em todo o mundo, o que representa um aumento de cerca de 20 milhões, desde 2010. O mesmo instituto estimou que 3,2 milhões de pessoas ficarão cegas devido a glaucoma até o ano que vem.

### Todas as pessoas com pressão intraocular elevada desenvolvem glaucoma.

**Mito.** Existem pessoas com pressão intraocular normal que, ainda assim, desenvolvem glaucoma. O oposto também pode acontecer: pessoas com pressão intraocular elevada, porém sem presença de glaucoma. O que irá definir será o estado do nervo óptico e se há algum comprometimento. A pressão elevada é apenas a forma mais comum da doença.

### Quem enxerga bem não tem glaucoma.

**Mito.** O glaucoma é silencioso, sem prejuízos à visão até ser tarde demais. As perdas visuais também podem acabar sendo mascaradas pelo cérebro, que une a visão de ambos os olhos e compensa possíveis falhas automaticamente, dificultando a detecção.

Para evitar a cegueira provocada pelo glaucoma, é muito importante visitar regularmente um médico oftalmologista. Projeções da Agência Internacional de Prevenção à Cegueira indicavam, em 2015, que, em pouco tempo, haverá aproximadamente 80 milhões de pessoas com glaucoma em todo o mundo, representando um aumento de cerca de 20 milhões desde 2010. O mesmo instituto estimou que 3,2 milhões de pessoas ficarão cegas devido ao glaucoma, até o próximo ano. Portanto, não deixe para depois, marque já uma consulta com seu oftalmologista.



# L-CAPS

Ômega 3 de óleo de peixe com DHA concentrado,  
Ômega 6 de óleo de borragem, óleo de linhaça com  
vitaminas e minerais em cápsulas

Suplementação  
específica<sup>1-9</sup>

para aliviar os  
Sintomas do Olho Seco



A combinação de  
Ômega 3 + Ômega 6:

Melhora a qualidade  
da lágrima natural<sup>1,4</sup>

Restaura a camada  
lipídica do filme lacrimal e  
retarda sua evaporação<sup>4,5</sup>

Aumenta a secreção  
da glândula lacrimal<sup>1,5</sup>

Previne a inflamação  
da superfície ocular<sup>4,7,8</sup>

Apresentação: 60 cápsulas  
Posologia: 2 cápsulas por dia

Único\*  
suplemento  
com:



na medida ideal<sup>9</sup> + vitaminas e minerais

Referências: 1. Roncone M et al. Essential fatty acids for dry eye: A review. *Cont Lens Anterior Eye* 2010;33(2):49-54. 2. Kangari H et al. Short-term consumption of oral omega-3 and dry eye syndrome. *Ophthalmol* 2013;120:2191-6. 3. Gatell-Tortajada J et al. Oral supplementation with a nutraceutical formulation containing omega-3 fatty acids, vitamins, minerals, and antioxidants in a large series of patients with dry eye symptoms: results of a prospective study. *Clin Intervent Aging* 2016;11:571-8. 4. Huang JY et al. A randomized, double-blind, placebo-controlled study of oral antioxidant supplement therapy in patients with dry eye syndrome. *Clin Ophthalmol* 2016;10:813-20. 5. Bhargava R et al. Oral omega-3 fatty acids treatment in computer vision syndrome related dry eye. *Cont Lens Anterior Eye* 2015;38(3):206-10. 6. Galbis-Estrada C et al. A metabolomic approach to dry eye disorders. The role of oral supplements with antioxidants and omega 3 fatty acids. *Molec Vision* 2015; 21:555-67. 7. Kangari H et al. Short-term consumption of oral omega-3 and Dry Eye Syndrome. *Ophthalmol* 2013;120:2191-6. 8. Chiaradia PA et al. Hot topics in Dry Eye Disease. *Curr Pharmaceut Design* 2017;23:1-17. 9. Martin CA et al. Ácidos graxos poli-insaturados ômega-3 e ômega-6: importância e ocorrência em alimentos. *Rev Nutr* 2006;19(6):761-70.

L-Caps: Registro M.S.: 6.6325.0027.001-4. \* Auditoria IMS/CloseUp - Junho/17



# Retinose pigmentar



**H**ereditária, irreversível e degenerativa, a retinose pigmentar constitui uma série de alterações genéticas cujos sintomas se iniciam com a perda das visões periférica e noturna. O campo visual vai se estreitando aos poucos, até levar à cegueira total. Para entender melhor como seria a visão de alguém com retinose pigmentar, imagine uma tela de celular sem brilho, cercada por uma borda, assim como um local iluminado por uma vela.

Causa de cegueira mais comum entre jovens, a retinose pigmentar tem uma incidência de 0,025% (em média 1 para cada 3.500 a 4.000 indivíduos) e, como se trata de uma doença de transmissão genética, leva-se em conta também o número de portadores, que chega a 1,25% da população. Em 2014, o CBO estimou a existência de aproximadamente 50.000 pessoas com retinose e entre 2.250.000 e 3.600.000 portadores (em função do caráter hereditário da doença). O gene causador da retinose pigmentar pode pular até duas gerações e é possível, para quem já tem histórico familiar, fazer os exames para o diagnóstico precoce, apesar de somente cerca de 40% dos casos terem tido confirmação de um histórico familiar da doença.

**Mas como funciona a perda de visão na Retinose Pigmentar?**

Geralmente com manifestações já no início da adolescência, a perda visual se dá devido à degeneração progressiva da retina, que se inicia pelos bastonetes, células dos olhos responsáveis por nos ajudar a enxergar em condições de baixa luminosidade. Com o tempo, mais bastonetes, nas regiões periféricas da retina, vão sofrendo degeneração e há uma piora do campo visual até mesmo durante o dia, com perda da visão central em pacientes na idade adulta, quando a degeneração atinge mais dessas células fotorreceptoras (ou seja, capazes de captar a luz do ambiente onde estamos), localizadas na região central da retina.

A doença é diagnosticada quando um médico oftalmologista realiza um exame de fundo de olho, para analisar como está a retina do paciente. Estes exames ajudam, também, a detectar complicações adicionais decorrentes da retinose pigmentar, como o edema macular (inchaços na região da retina) e, mais raramente, hemorragias na região. É possível realizar o teste genético, para avaliação de qual tipo de alteração é responsável pela doença, que possui várias outras síndromes e doenças relacionadas. Diversas alterações genéticas já foram identificadas como causadoras e por isso, não há cura específica para a retinose pigmentar;

**Existem tratamentos para a Retinose Pigmentar?**

Há algum tempo boatos sobre curas milagrosas e tratamentos têm aparecido pela internet ou redes sociais. Apesar de atraentes, é muito importante que, ao escolher tratamentos, considerar apenas aqueles baseados em pesquisas com resultados concretos e publicados, e principalmente: feitos por um especialista, médico oftalmologista. Pesquisas concretas estão sendo realizadas na Universidade Estadual de São Paulo, na linha da

terapia gênica, com, até mesmo, estudos sobre a suplementação de vitamina A para diminuir a velocidade da perda de resposta das células da retina. Mais recentemente, em 2017, a Universidade de Oxford, na Inglaterra, publicou os resultados de testes clínicos em ratos, onde lograram reprogramar as células fotorreceptoras restantes em seus olhos para aumentar a sensibilidade à luz. Os ratinhos, meses seguintes ao tratamento, foram capazes de se localizar melhor no ambiente em que estavam e até mesmo de reconhecer objetos. Atualmente, porém, a Retinose Pigmentar ainda não tem cura ou tratamento comprovado em humanos.



# 18 mil 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 2019, os projetos do CBO contam com o apoio da **Alcon, Allergan, Genom, Latinofarma** e **Ofta**, que agora recebem aqui nosso sincero:

*Muito Obrigado!*

**Alcon** A Novartis  
Division

  
**Allergan**

  
**GENOM**  
OFTALMOLOGIA

 **LATINOFARMA**  
Uma divisão do Grupo Cristália

  
**ofta**  
Vision Health  
Inovação no cuidado da saúde ocular.

  
**CBO**

CONSELHO BRASILEIRO DE OFTALMOLOGIA

