

Veja Bem...

CBO em Revista

...saúde
ocular nas
escolas

Papo de Consultório

Quando desconfiar que uma
criança enxerga mal

Prevenir é Melhor

Acidentes oculares no
ambiente escolar

Idioma do Especialista

Ambliopia. Por que é tão importante
corrigir o chamado "olho preguiçoso"?



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 2020/2021

José Beniz Neto
Presidente - Goiânia – GO

Cristiano Caixeta Umbelino
Vice-Presidente - São Paulo – SP

Newton Kara José Júnior
Secretário-Geral - São Paulo – SP

Jorge Rocha
1º Secretário - Salvador – BA

Pedro Carricondo
Tesoureiro - São Paulo – SP

Produzido por
Selles Comunicação

Coordenação Editorial
Alice Selles

Projeto Gráfico
Bianca Andrade

Diagramação
Luiz Felipe Beca

Jornalista Responsável
Juliana Temporal - MTB: 19.227

Índice

05 **Palavra do Presidente**

06 **Comportamento**

O uso excessivo de smartphones, tablets e computadores e a saúde ocular



10 **Ciência e Tecnologia**

Ceratocone: o que é e como hoje é diagnosticado e tratado esse problema que atinge tantos adolescentes e jovens



14

Olhando de Perto

A população está vivendo mais em todo mundo. Como isso impacta a saúde ocular?



18

Vida e Visão

Como se desenvolve a visão

20

Papo de Consultório

Quando desconfiar que uma criança enxerga mal

24

Linha Direta

Saúde ocular nas escolas

28

Prevenir é Melhor

Acidentes oculares no ambiente escolar



33

Idioma do Especialista

Ambliopia. Por que é tão importante corrigir o chamado "olho preguiçoso"?



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



Acesse: www.cbo.com.br



CONSELHO BRASILEIRO DE OFTALMOLOGIA

Palavra do Presidente



José Beniz Neto
Presidente do Conselho
Brasileiro de Oftalmologia
Gestão 2020 - 2021

**“Desejamos a todos
uma boa leitura,
lembrando sempre
que o Médico
Oftalmologista é o
grande amigo de
sua visão e de sua
saúde ocular.”**

Amigos,

O objetivo do Conselho Brasileiro de Oftalmologia (CBO) com esta publicação voltada para os pacientes de clínicas, consultórios e hospitais oftalmológicos é fornecer periodicamente informação de qualidade, de forma didática e sóbria, sobre os vários aspectos da saúde ocular.

E nós, médicos oftalmologistas, temos consciência da importância dessa meta a que nos propomos. Pesquisas realizadas em vários países do mundo (inclusive no Brasil) elencando dezenas de condições desfavoráveis ou incapacitantes, revelam que o principal medo da maioria das pessoas é a cegueira, isto é, a condição de total ausência da saúde ocular. Pesquisas semelhantes revelam também que a qualidade de vida e a capacidade de enxergar têm relação bastante próxima.

Neste número da revista “Veja Bem” tratamos com especial carinho a saúde ocular na escola, com dicas importantes para pais, responsáveis e professores contribuírem para preservar e, quando for o caso, recuperar a visão de qualidade dos pequenos. Como assuntos paralelos a esta importante temática, abordamos também a ambliopia (chamada popularmente de olho preguiçoso), que precisa ser detectada e tratada o mais precocemente possível e um interessante artigo sobre a formação do sentido da visão.

Além disso, a revista que tem em suas mãos também aborda o ceratocone, doença que afeta a córnea (camada externa transparente do olho), os efeitos do processo demográfico de envelhecimento geral da população para os sistemas de atendimento oftalmológico e sobre possíveis consequências do uso excessivo de dispositivos eletrônicos para a saúde ocular.

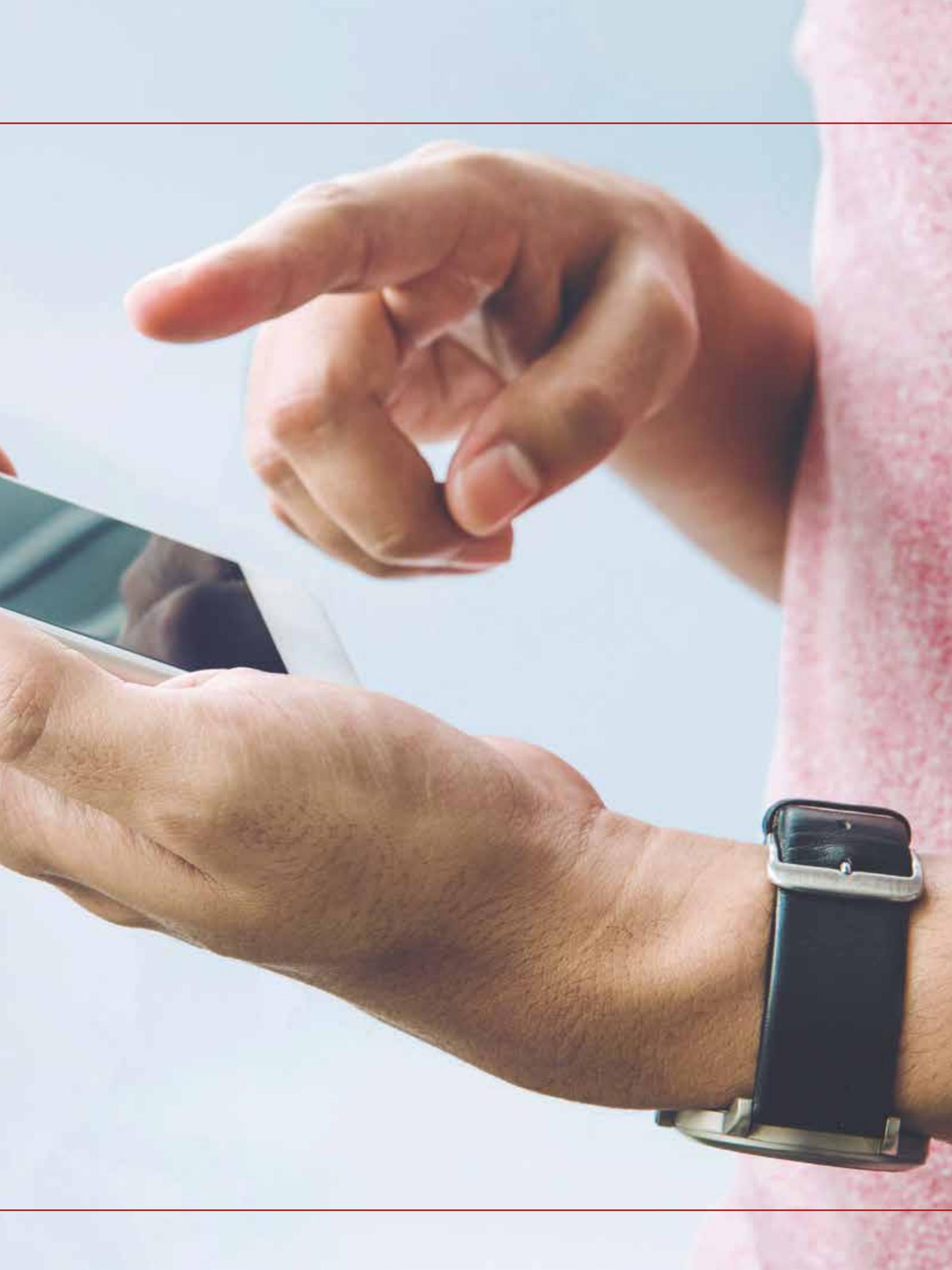
Desejamos a todos uma boa leitura, lembrando sempre que o Médico Oftalmologista é o grande amigo de sua visão e de sua saúde ocular. Uma visita regular a esse profissional pode evitar muitos dos problemas que afetam as principais portas que nossa mente tem para o mundo: os olhos. E também ajuda a manter adequadamente o grande sentido da visão.

Você e sua família merecem isso!



O uso excessivo de smartphones, tablets e computadores e a saúde ocular

O avanço da tecnologia mudou a forma como vivemos. Na área da saúde, da educação e do entretenimento, o impacto ocorreu em todas as esferas, inclusive em nossa rotina e vida pessoal. Hoje, os aparelhos eletrônicos funcionam quase que como uma extensão do corpo e, como consequência, passamos horas e horas imersos na telinha. Provavelmente, você já deve ter ouvido sobre os males que esse hábito pode causar à visão. Mas será que é verdade? Passar muito tempo no celular ou computador prejudica mesmo a visão?

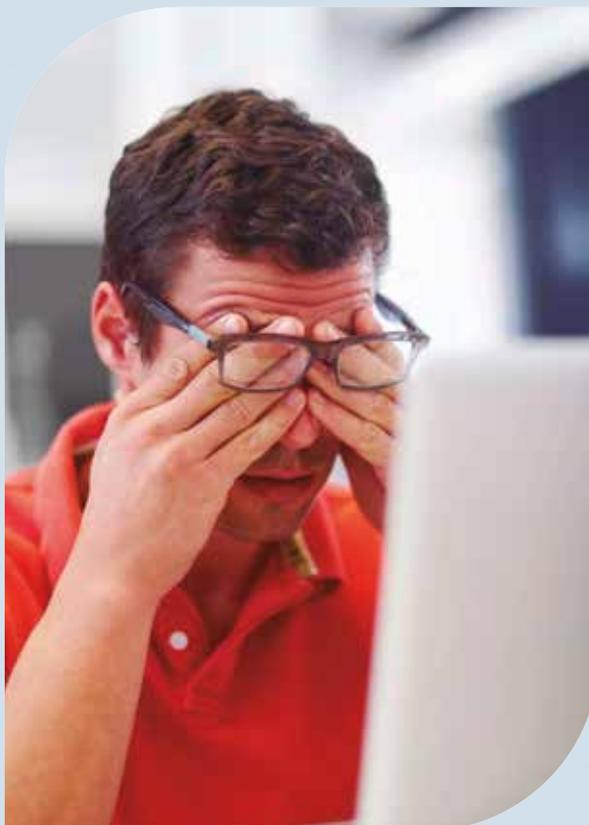


A responsável pelos prejuízos à visão é a luz azul emitida pela tela dos *smartphones*, *tablets* e computadores. Os efeitos causados por ela se acumulam e danificam as células da retina. Durante o uso desses aparelhos, piscamos menos e a redução da lubrificação também prejudica os olhos. E ainda o uso desses aparelhos muito próximo ao rosto provoca um esforço maior de acomodação ocular de maneira repetitiva, fator que pode contribuir para o início da miopia. Esse erro refrativo, inclusive, caracterizado pela dificuldade de enxergar o que está longe, está entre as complicações mais comuns. Em casos mais graves e com a combinação de diversos fatores, pode haver degeneração da mácula, área onde se forma a visão central. Além disso, a luz azul emitida pela tela dos *smartphones*, *tablets* e computadores podem causar danos às células da retina.

Então, o que fazer a respeito? Em primeiro lugar, sempre que houver qualquer sintoma relacionado aos olhos, é fundamental buscar um oftalmologista. No mais, algumas medidas podem ser adotadas, como reduzir o tempo em frente às telas, realizar pausas a cada 20 minutos, olhar para algo distante durante alguns segundos, ajustar o brilho e manter certa distância da tela. Também existem filtros de luz azul que podem ajudar a diminuir o cansaço ocular.

Lembre-se: tudo que é demais faz mal. A tecnologia é de grande ajuda no dia a dia, mas o mais importante é saber usá-la de forma saudável, para que sua visão esteja sempre em dia!

“Lembre-se: tudo que é demais faz mal. A tecnologia é de grande ajuda no dia a dia, mas o mais importante é saber usá-la de forma saudável, para que sua visão esteja sempre em dia!”





Ação antioxidante que protege as células contra os radicais livres.

A LUZ AZUL NÃO É TÃO INOFENSIVA QUANTO PARECE

A **Luteína** e a **Zeaxantina** são os únicos nutrientes depositados nos olhos que podem filtrar a luz azul. Como o corpo não produz esses nutrientes, existe a necessidade de ingeri-los.^{3,4,5}



VIELUT 10. Vielut 10 é um alimento funcional composto de Luteína e a Zeaxantina que combinados tem ação antioxidante que protege as células contra os radicais livres. Seu consumo deve estar associado a uma alimentação equilibrada e hábitos de vida saudáveis. Apresentação com 60 comprimidos. Registro M.S. nº: 5.7949.0691.001-3. MODO DE USO: Tomar 1 cápsula ao dia por via oral, preferencialmente junto com uma das refeições.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS: 1. Vielut 10: Folheto do Produto. 2. Barker FM 2nd1, Snodderly DM, Johnson EJ, Schalch W, Koepcke W, Gerss J, Neuringer M. Nutritional manipulation of primate retinas. V: effects of lutein, zeaxanthin, and n-3 fatty acids on retinal sensitivity to blue-light-induced damage. Invest Ophthalmol Vis Sci. 2011 Jun; 52(7):3934-42. 3. Hammond Billy R, et al. A Double-Blind, Placebo-Controlled Study on the Effects of Lutein and Zeaxanthin on Photostress Recovery, Glare Disability, and Chromatic Contrast. IOVS - December 2014, Vol. 55, No. 12, 8583-8589. 4. Age-Related Eye Disease Study 2 (AREDS2) Research Group (2014). JAMA Ophthalmol. 132: 142-149. 5. Calvo N (2005). Crit Rev Food Sci and Nutr. 45: 671-696.



Ceratocone

O que é e como hoje é diagnosticado e tratado esse problema que atinge tantos adolescentes e jovens

Mesmo com as muitas campanhas e compartilhamento de informações por parte das sociedades de especialidade em Oftalmologia e o Conselho Brasileiro de Oftalmologia, muitos ainda desconhecem os perigos do ceratocone e o que pode piorar o quadro, como o hábito de coçar os olhos.

Apesar de não ser uma das patologias mais conhecidas, o ceratocone não é uma doença rara: chega a afetar uma em cada 2 mil pessoas, sendo principalmente por causa genética. São cerca de 150 mil pessoas, somente no Brasil. As alterações causadas pela doença se estabilizam e deixam de aumentar em geral ao redor dos 35 anos, por isso é tão importante o diagnóstico em jovens e adolescentes, para que os tratamentos sejam feitos de forma precoce. A doença afeta mais a faixa etária de 10 a 25 anos, fase de pleno desenvolvimento.

Mas o que é o ceratocone? A doença age na rigidez da córnea, parte transparente do olho, que nos permite observar a íris e a pupila, e pode ser comparada ao vidro do relógio. Devido a essa perda de rigidez, a forma arredondada da córnea tende a desaparecer, assumindo o característico formato de cone. O ato de coçar os olhos auxilia no avanço da doença e pode desencadear o ceratocone, muito frisado em ações e campanhas de alerta para a doença. Coçar os olhos, mesmo para quem não tiver predisposição ou que não tenha desenvolvido a doença, deve ser evitado. A orientação também vale para qualquer pressão sobre os olhos, como apertá-los com as mãos. Com o tempo, a córnea afetada interfere na visão ao ponto de, mesmo com o uso de óculos, não haver nitidez na imagem.



Os tratamentos são utilizados com os principais objetivos de evitar a progressão da doença e corrigir a visão afetada do paciente. O uso de óculos consegue auxiliar em casos mais leves da doença. Para casos mais moderados, existem lentes de contato gás-permeáveis, uma vez que conseguem nivelar a córnea afetada. A lente é fabricada considerando toda a topografia da córnea, específica para cada paciente, de modo a assentar da melhor maneira possível nos picos formados na córnea. O espaço entre a córnea e a lente é preenchido pela lágrima natural do olho, criando um sistema único que auxilia a visão de forma muito superior aos óculos convencionais. Outras opções são o implante de anéis intra-estromais - arcos de acrílico bem pequenos e finos que são implantados dentro do estroma da córnea, com o objetivo de corrigir a deformidade da sua curvatura e estabelecer uma superfície mais regular, resultando em melhora da visão com auxílio de óculos ou lentes de contato, e até mesmo sem

correção (em alguns casos, os anéis também podem retardar a progressão da doença), e o *crosslinking*, tecnologia indicada na prevenção dos avanços de deformidades corneanas. É utilizada especialmente em pacientes mais jovens, nos quais o médico observa que o ceratocone ainda está em evolução. O procedimento se baseia na aplicação de luz ultravioleta, na presença de riboflavina colocada sobre a córnea. Pode ser realizado em centro cirúrgico ou regime ambulatorial. Em certos pacientes é feito em combinação com o implante de anéis estromais.

Caso a doença progrida a ponto da córnea conter muitas irregularidades, ela deve ser substituída, em um transplante, indicado em ceratocones mais avançados, nos quais as outras possibilidades terapêuticas não são mais viáveis ou não surtem efeito para a melhoria da visão. Porém, pode levar anos para a doença se desenvolver a este ponto.

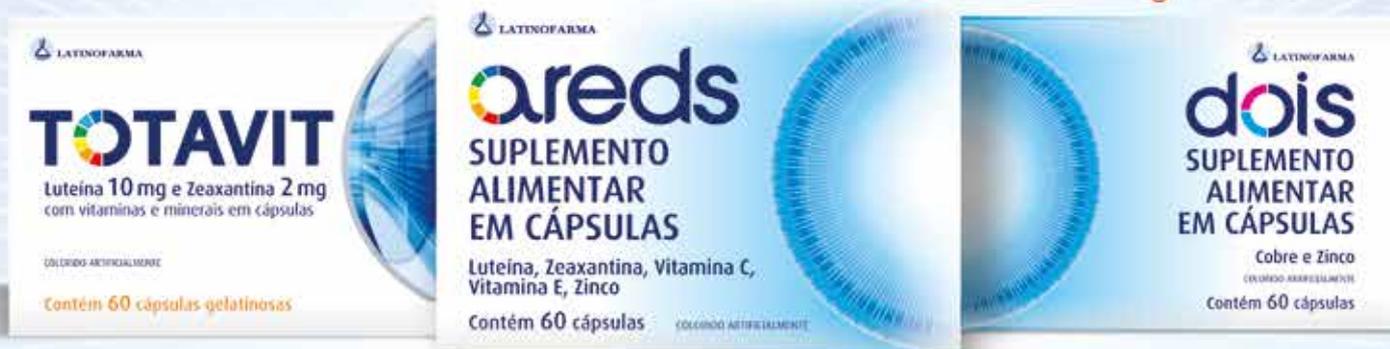
Por ser uma doença que afeta jovens e adolescentes, o diagnóstico precisa ser rápido. Atenção para os sintomas que podem indicar o desenvolvimento do ceratocone:

- Histórico familiar da doença
- Coceira insistente nos olhos
- Visão ruim, mesmo com óculos
- Alto astigmatismo

Na fase inicial, não há perda considerável de visão, mas caso surjam relatos como acuidade visual ruim, mesmo de óculos e perda na qualidade de visão, é bom ficar ainda mais atento.

O importante é visitar regularmente um médico oftalmologista, único profissional capaz de detectar as alterações na córnea e realizar o tratamento correto. Além disso, é importante evitar ao máximo coçar os olhos, especialmente após diagnóstico da doença, para não agravar seu quadro.

Linha de suplementos Latinofarma



Contra os danos do estresse oxidativo¹

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. 3rd edition. Thaca. New York; 2008.

Material destinado à classe médica



LATINOFARMA

Uma divisão do Grupo Cristália

A população está vivendo mais em todo mundo

Como isso impacta a saúde ocular?

O ritmo de envelhecimento da população em todo o mundo mudou. No Brasil, estamos vivendo um processo demográfico que resulta no aumento da população idosa, com a queda das taxas de natalidade e aumento da expectativa de vida. De acordo com o IBGE (2019), na próxima década, teremos aproximadamente 38,5 milhões de pessoas com mais de 60 anos, o equivalente a 17,4% da população. Como resultado, também pode ser observado o crescente número de casos de doenças mais comuns a essa faixa etária, inclusive oculares, como a catarata e a degeneração macular, capazes de comprometer a visão e levar à cegueira.



A visão é um sentido complexo e responsável por 85% das informações que recebemos. Com o avanço da idade, as taxas de cegueira e baixa visão também crescem. Estima-se que, em pessoas com mais de 80 anos, os problemas visuais sejam de 15 a 30 vezes mais frequentes que entre pessoas na faixa etária de 40 a 50 anos. Após os 60 anos, alguns incômodos relacionados aos olhos se tornam mais frequentes, como menor percepção de contrastes e de cores, e redução da adaptação entre claro e escuro. Entre as doenças mais frequentes estão a presbiopia, catarata, glaucoma e retinopatia diabética. A catarata é considerada a maior causa global de cegueira tratável pela Organização Mundial da Saúde (OMS), além de ser a doença ocular que mais cresce entre pessoas da terceira idade.

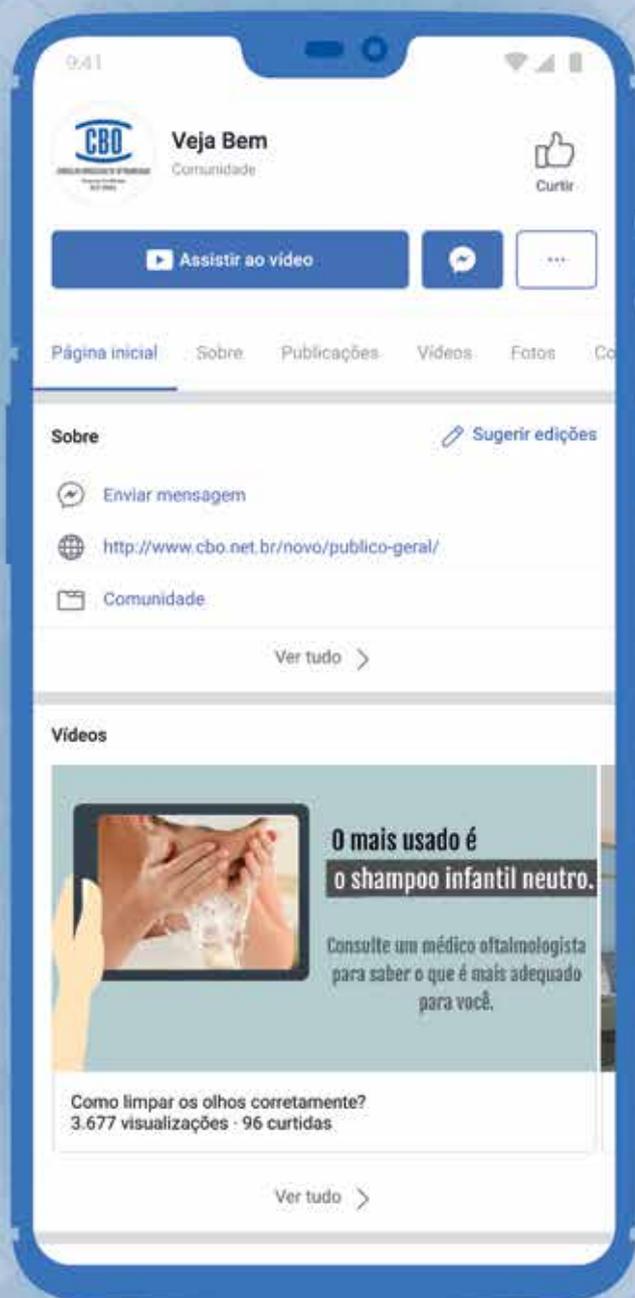
A baixa visão é capaz de afetar diretamente a autonomia e a qualidade de vida. O idoso que tem sua capacidade visual comprometida pode enfrentar dificuldades para realizar tarefas do cotidiano, como ler e pegar ônibus. Além disso, há um risco aumentado de quedas, troca de medicamentos, acidentes de trânsito e isolamento do convívio social. Já para os que convivem com doenças crônicas como hipertensão e diabetes, é preciso ter mais cuidado, pois o risco de problemas oculares é ainda maior.

Por isso, pessoas com mais de 60 anos devem manter uma rotina de consultas regulares com o oftalmologista. Essa segue sendo a melhor forma de prevenir e diagnosticar precocemente doenças oculares capazes de levar à cegueira e baixa visão.



A **Veja Bem** ainda mais perto de você!

Quer saber mais dicas de saúde ocular em publicações diárias e super importantes?



Curta nossa Página no Facebook para não perder nenhum conteúdo feito especialmente para você e não esqueça de compartilhar com sua família e amigos.

 /CBOvejabem



CONSELHO BRASILEIRO DE OFTALMOLOGIA

Como se desenvolve a visão

Que a visão é um dos sentidos mais importantes para o ser humano, isso todos nós sabemos. O que muitos podem não saber é a importância da visão nos primeiros anos de vida, para a nossa formação. Nesta matéria, falaremos sobre o papel da visão no desenvolvimento das crianças em sua vida escolar.

Apesar de ser um processo metabólico, que depende do pleno funcionamento do sistema óptico, a visão também é afetada por fatores cognitivos, psicológicos, culturais, sociais e até mesmo emocionais. Tudo isso se desenvolve quando ainda somos crianças, estabelecendo nossos padrões enquanto pessoas.

MAS COMO É FORMADA A NOSSA VISÃO?

No nascimento, enxergamos muito mal, como através de uma lente embaçada. Além disso, não conseguimos direcionar os olhos para um lugar fixo. Nossa visão vai aos poucos progredindo, assim como desenvolvemos a fala e as funções motoras, pois também depende de treino e do amadurecimento neurológico. Apenas aos dois meses de idade, conseguimos distinguir tons parecidos, como o vermelho e o laranja, apesar de nascermos já enxergando cores.

O bebê somente começa a identificar faces aos quatro meses, quando desenvolve a percepção de profundidade e distingue a que distância estão os objetos e as pessoas. Aos oito meses, temos a visão completa, porém instável. Como o olho continua crescendo, podem ocorrer desajustes como astigmatismo e miopia. Apenas por volta dos cinco ou seis anos, desenvolvemos a sensibilidade ao contraste e nossa acuidade visual. Por volta dos oito anos, as funções visuais que aprendemos, como as percepções de movimento, cor e profundidade, não esquecemos mais, serão as que nos acompanharão para a vida adulta.

POR QUE É TÃO IMPORTANTE DIAGNOSTICAR E FICAR ATENTO A ALTERAÇÕES NA VISÃO DA CRIANÇA?

O sistema visual está completamente desenvolvido por volta dos 4 anos de vida, mas ainda é aperfeiçoado até os 10 anos. Nesta fase, diversas doenças podem comprometer este desenvolvimento visual e se não tratadas prontamente, podem resultar em déficits que não serão corrigidos futuramente pela perda da janela de desenvolvimento global infantil.

A visão tem um papel fundamental nos primeiros anos de vida, pois estimula a comunicação e auxilia a criança na realização de ações e movimentos, intervindo de forma decisiva no desenvolvimento e favorecendo a sociabilidade e independência.

A visão é importante para a qualidade de vida, autoestima e perspectivas de futuro da criança. Realizar o Teste do Olhinho, ao nascer, é fundamental e obrigatório por lei. Porém, mesmo após esse exame, é indicado ficar atento a sinais que possam indicar alterações ou perdas de visão em crianças, como por exemplo aproximar telas e cadernos do rosto para enxergar; sentar-se muito próximo à TV; perda de rendimento escolar; desinteresse por estímulos visuais como passeios ou objetos apontados; além de alterações físicas visíveis pelos pais.

Assegure-se de que seu filho faça sempre um acompanhamento com um médico oftalmologista, para que qualquer alteração em sua visão possa ser corrigida a tempo e não atrapalhe seu crescimento saudável.





Quando desconfiar que uma criança enxerga mal

A visão é mais importante durante nossa formação do que pensamos inicialmente. Muito do que desenvolvemos, como noções de profundidade, movimento e cor, só pode ser aprendido até certa idade na infância. A correção de acuidade visual deve ocorrer o quanto antes.

Mas como identificar quando há a necessidade de correção ou tratamento da visão das crianças? Especialmente quando ainda nem sequer sabem falar, pode ser difícil identificar os sinais de alerta.

"Em caso de qualquer suspeita, um médico oftalmologista deve ser imediatamente consultado."

Primeiramente, todas as crianças devem passar pelo Teste do Olhinho, exame realizado logo ao nascer ou nos primeiros meses de vida, que identifica qualquer má-formação nos olhos ou doenças genéticas, como catarata ou glaucoma congênitos, tumores, traumas, infecções ou cegueira. No entanto, certas condições não podem ser visualizadas com tanta antecedência. Astigmatismo, miopia ou hipermetropia, cenários mais comuns, se desenvolvem conforme nossos olhos crescem. Por isso, é importante manter-se atento aos sinais demonstrados pelas crianças, indicando que sua visão está comprometida.

Quais seriam esses sinais? Até o primeiro ano de vida, verifique qualquer desvio em um ou ambos os olhos. A partir dos quatro meses, qualquer desvio, qualquer desvio já merece acompanhamento especializado para se evitar sequelas, embora nem todos sejam permanentes.

Nesse período, as crianças são capazes de seguir objetos em movimento, acompanhando-os com os olhos. Caso a criança não esteja realizando essa ação, pode haver alguma razão oftalmológica, motora ou até mesmo mental. A criança deve ser acompanhada por um oftalmologista regularmente, até os três anos, para impedir qualquer avanço de uma ambliopia (o chamado "olho preguiçoso"), que não apresenta sinal de alerta.

Outros sinais que devemos ficar atentos são vermelhidão, pus ou crostas em algum dos olhos, pálpebras caídas, sensibilidade à luz, excesso de lágrimas, olhos sempre molhados, além de qualquer dor, coceira ou desconforto relatado pela criança.

Perdas visuais não diagnosticadas ou corrigidas a tempo podem levar à baixa autoestima, timidez e, principalmente, pode atrapalhar o rendimento da criança na escola.

Em caso de qualquer suspeita, um médico oftalmologista deve ser imediatamente consultado.

OPTI-FREE®

EMBARQUE E LEVE MAIS CONFORTO
COM MAIS ML PARA VOCÊ.



O ÚNICO COM A TECNOLOGIA
HYDRAGLYDE® QUE GARANTE
CONFORTO O DIA TODO¹.



Versão 90ml

Alcon

OPTI-FREE®

Referência: 1. OPTI-FREE puremoist Solução de Desinfecção Multipropósito – Instruções de uso do produto.
BR-OFM-1900005/2019. Reg ANVISA: 80153480094

Saúde
ocular
nas
escolas





Nesta volta às aulas, é importante que os pais estejam bem alertas quanto à visão de seus filhos. Muitas crianças possuem dificuldades para enxergar, mas não conseguem detectar sozinhas. Problemas de visão atrapalham em muito o desempenho escolar e, por isso, os pais e professores devem sempre estar atentos.

A visão tem papel fundamental no crescimento, pois influencia diretamente na comunicação, autoestima, independência e na percepção das coisas. Devido a sua importância, existem diversas iniciativas que visam levar melhor atendimento oftalmológico a populações desassistidas, principalmente a crianças em anos escolares, visando melhorar a qualidade de vida de cada uma delas.

Um exemplo disso é o projeto “Visão Sergipana”. Essa iniciativa, idealizada e coordenada pela Sociedade Sergipana de Oftalmologia, teve início em abril de 2018 e já atende cerca de 10 mil crianças das redes municipal e estadual, sobretudo de Aracaju. A ideia é realizar triagens na sala de aula, depois promover exames oftalmológicos nos consultórios e clínicas da cidade e, por fim, entregar os óculos às crianças que precisam.

“A visão tem papel fundamental no crescimento, pois influencia diretamente na comunicação, autoestima, independência e na percepção das coisas.”





No dia 10 de maio de 2019, foi realizada a entrega de óculos a alunos do Ensino Fundamental de escolas públicas de Aracaju (SE). Nesse mesmo dia, foi apresentado um anteprojeto de lei à Assembleia Legislativa de Sergipe para que a obrigatoriedade do exame oftalmológico, em todos os alunos do 1º ano das escolas públicas do Estado, seja instituída.

O objetivo do Visão Sergipana para este ano é a de manter o projeto em Aracaju, a cidade mais populosa do Estado, e passar a atender não só crianças do 1º ano, mas também crianças do 2º ao 5º ano, além de rever aquelas já atendidas e incluir no projeto todas as que ainda não participam.

E não para por aí: no próximo ano, o Dr. Gustavo Melo, presidente da Sociedade Sergipana de Oftalmologia, pretende expandir os atendimentos para cidades do interior do Estado e discutir sobre a possibilidade de atender jovens e adultos das redes pública e estadual.

Em todos os casos, oftalmológicos ou não, a prevenção é sempre a melhor escolha. Por isso, cuide da saúde de seu filho! Incentive projetos de inclusão como esse. Ideias assim ajudam e fazem toda a diferença para a acessibilidade acontecer!



"Em todos os casos, oftalmológicos ou não, a prevenção é sempre a melhor escolha.

Por isso, cuide da saúde de seu filho!"

Máximo
conforto¹
para o dia a dia

optive[®]

Sua atenção
muda um olhar

Alívio rápido dos sintomas
relacionados à irritação
ocular e olho seco¹



Descontos nas
farmácias associadas.*

25% OPTIVE[®]
e 32% OPTIVE[®] UD

Confira aqui a farmácia
associada mais próxima:



viver.allergan.com.br
farmacias.associaodas



1 - Instrução de uso OPTIVE[®] e OPTIVE[®] UD.

*Desconto Viver+ sobre o preço máximo ao consumidor sugerido pela Allergan ao ponto de venda participante.

Instrução de uso:
OPTIVE[®] e OPTIVE[®] UD são formulações lubrificantes da superfície ocular, proporcionando alívio da ardência, irritação, secura ocular, sensação de areia e corpo estranho que podem ser causados por poeira, fumaça, sol, vento, ar seco, ar-condicionado. Agem também como protetores contra as irritações oculares bem como são indicados no pós-operatório de cirurgias de correção visual LASIK (laser assistido in-situ keratomileusis). OPTIVE[®]/MS -80H3600086. OPTIVE[®] UD/MS -80H3600093.

Acidentes oculares no ambiente escolar



Lápis que esbarra no olho, uma brincadeira mais brusca... Ninguém quer, mas nem sempre é possível evitar que acidentes envolvendo os olhos aconteçam. Tanto em casa, quanto no ambiente escolar, seja sob a supervisão dos responsáveis ou dos professores, toda criança pode acabar passando por uma situação desse tipo. Então, o que fazer para prevenir que acidentes envolvendo os olhos dos pequenos não aconteçam?

Crianças são, naturalmente, mais curiosas e possuem o senso de risco ainda limitado, fazendo com que a exposição a diversos perigos seja frequente. Por isso, a maior parte dos traumas oculares durante a infância ocorre na faixa etária entre dois e seis anos. Acidentes que envolvem os olhos são uma causa importante de internação em hospitais pediátricos e de cegueira unilateral adquirida. No ambiente escolar, muitos dos eventos ocorrem durante brincadeiras nas quais se utiliza maior força, durante a prática de atividades físicas ou no uso de materiais pontiagudos, como lápis, caneta e tesoura.



Em caso de atividades esportivas, principalmente as que utilizam bola, crianças que usam óculos devem redobrar o cuidado. É recomendado o uso de lentes mais resistentes, que apresentam menor risco de se quebrarem ou mesmo armações e lentes específicas para esse fim. Materiais escolares com pontas, cortantes ou que podem se quebrar, gerando pedaços pontiagudos, só devem ser utilizados sob a supervisão de adultos. Quinas de mesa também podem ser perigosas e, sempre que possível, devem ser protegidas.

Se, ainda assim, ocorrer um acidente, o tempo de atendimento após o trauma pode ser determinante para o resultado do tratamento. A primeira medida a ser tomada é lavar os olhos com bastante água limpa, a menos que haja algum tipo de perfuração. Nesses casos, a criança deve ser encaminhada ao pronto-socorro imediatamente. Nos casos mais graves, é importante buscar um oftalmologista logo após o ocorrido, para que seja realizada uma análise completa do quadro. Deve-se ainda evitar a compressão do globo ocular e o uso de medicamentos, como colírios anestésicos, antes da avaliação médica.

Em todos os casos, prevenir é o melhor remédio. Adotar medidas de segurança no ambiente escolar é fundamental para garantir o bem-estar dos alunos, responsáveis e profissionais de educação. Juntos, é possível fazer da escola um lugar ainda mais seguro para a saúde ocular dos pequenos!

"Se, ainda assim, ocorrer um acidente, o tempo de atendimento após o trauma pode ser determinante para o resultado do tratamento."





**REDUZ OS EFEITOS DO TEMPO NA DMRI
E AJUDA A MANTER A VISÃO SAUDÁVEL^{1,2}**

**30 e 60
cápsulas**



Todos os benefícios



em **1 única cápsula diária**

- ▶ Propriedade **antioxidante e anti-inflamatória**³
- ▶ Contribui para **melhorar a visão noturna**⁴



**LUTEÍNA
E ZEAXANTINA**



ÔMEGA 3



**VITAMINAS
E MINERAIS**

Referências Bibliográficas: 1. AREDS2 Research Group. Lutein + Zeaxanthin and Omega-3 fatty acids for age-related macular degeneration: the Age-Related Eye Disease Study (AREDS2) randomized clinical trial. JAMA 2013;309(19):2009-15. 2. Neely IC, et al. Prevalence of undiagnosed Age-Related Macular Degeneration in Primary Eye Care. JAMA Ophthalmol 2017;135(6):570-75.

GENOM
OFTALMOLOGIA

GRUPO **União Química**
Farmacêutica Nacional S/A



OFTALMOLOGIA DE FORMA CLARA E DINÂMICA:

No CBO TV, tem!

Conteúdo feito,
exclusivamente,
para você.

Acesse!



WWW.CBO.COM.BR/CBOTV

Ambliopia

Por que é tão importante corrigir o chamado "olho preguiçoso"?

Os "vesguinhos" ou estrábicos possuem o chamado "olho preguiçoso" ou ambliopia. Essa condição ocorre quando um dos olhos não recebe estímulo visual suficiente. O olho dominante acaba ficando responsável pela visão e o outro olho se acomoda. Caso não seja tratada, a visão pode ser comprometida de forma permanente. Mas calma, existe tratamento e é bem simples!



A ambliopia é diagnosticada ainda nos primeiros anos de vida e, dependendo da causa, pode ser tratada simplesmente por óculos para correção da visão afetada. É importante encaminhar a criança, assim que for diagnosticada, para um médico oftalmologista, uma vez somente ele será capaz de passar os procedimentos corretos e analisar a extensão da ambliopia. Lembre-se de ter paciência e seguir o tratamento corretamente, pois pode levar algum tempo, e, caso não seja feito de forma correta, a visão poderá ficar comprometida para sempre.

O tratamento consiste na prescrição de grau para que o olho mais fraco e o olho dominante estejam equiparados, trazendo a visão monocular para uma visão binocular, como deve ser. Na maioria

dos casos, porém, além disso, é necessário tapar o olho dominante, para estimular o olho de visão mais fraca e fortalecê-lo. Por ser algo desconfortável e que leva tempo até a criança se acostumar, existe a dificuldade em manter o tratamento de forma consistente. Mas, a criança deve entender a importância de não remover os óculos ou o tampão, além de ser vigiada pelos pais.

A causa mais comum de ambliopia é o estrabismo (desvio dos olhos), mas também pode ser causada por diferença de grau entre os dois olhos, alta mioopia, alta hipermetropia e alto astigmatismo, além de catarata congênita, opacidade de córnea, etc.

Os pais devem estar atentos a qualquer sinal de dificuldade visual ou alteração ocular.

"Um acompanhamento regular é muito importante durante o crescimento da criança, não deixe de consultar seu oftalmologista todos os anos!"



+ de 20 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 2020, os projetos do CBO contam com o apoio da **Alcon**, **Allergan**, **Genom**, **Latinofarma** e **Ofta**, que agora recebem aqui nosso sincero:

Muito Obrigado!

Alcon


Allergan


GENOM
OFTALMOLOGIA


LATINOFARMA
Uma divisão de Grupo Cristália


ofta
Vision Health
Inovação no cuidado da saúde ocular.


CBO

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.



CONSELHO BRASILEIRO DE OFTALMOLOGIA