

# veja Bem...

*CBO em Revista*

## Crenças populares e a saúde dos olhos

### Olhando de perto

Existe tratamento com remédios para a catarata?

### Prevenir é melhor

Existe prevenção para o glaucoma?

### Informação e conscientização

Retinopatia diabética pode ser curada?

# 80 ANOS



## A HISTÓRIA DO CBO NA SAÚDE SUPLEMENTAR E SUS, DEFESA PROFISSIONAL E HONORÁRIOS

### A CRIAÇÃO DA COMISSÃO DE HONORÁRIOS MÉDICOS

O CBO, então, criou sua Comissão de Honorários Médicos, formada basicamente por representantes das sociedades filiadas, que realizaram inúmeras reuniões na sede da AMB e do CBO, até criarem uma metodologia que foi utilizada na criação da Classificação Brasileira Hierarquizada de Procedimentos Médicos (CBHPM).



### RELAÇÃO CONTRATADOS X CONTRATANTES

Em 2000, o CBO estabelece diretrizes contratuais, promovendo uma melhor relação entre médicos e operadoras de planos de saúde.

Nessa época, o Conselho Brasileiro de Oftalmologia contava com Dr. Marcos Ávila, como Presidente, e com Dr. Nelson Terra Louzada, na Coordenação da Comissão de Honorários Médicos. Nessa época foram estabelecidas diretrizes claras sobre os honorários na especialidade.

## ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL NO EXERCÍCIO DA OFTALMOLOGIA



Ainda nos anos 2000, foi lançada a publicação “Exercício da Oftalmologia – Orientação profissional”, que reuniu instruções valiosas sobre temas como: a responsabilidade civil do Médico, ética médica, relação com operadoras, exercício ilegal da especialidade, entre outros.

Para além dessa publicação, esse diálogo permanece constante em congressos, simpósios, lives, entre outros. Seguimos juntos no objetivo de tornar a Oftalmologia brasileira cada vez mais sólida.

## COMBATE AO EXERCÍCIO ILEGAL DA ESPECIALIDADE

Ao longo de anos de luta incansável, a Oftalmologia brasileira se tornou exemplo para entidades médicas de todo país no âmbito da luta contra o exercício ilegal da medicina.

Em julgamento ocorrido no ano passado, o Superior Tribunal Federal deliberou a favor da Oftalmologia, confirmando a manutenção da ADPF 131, e reiterando que o cuidado com a saúde ocular, em todos os sentidos, deve ser realizado apenas pelo médico Oftalmologista.



## A HISTÓRIA DA COMISSÃO DE SAÚDE SUPLEMENTAR E SUS DO CBO

Durante a gestão de Homero Gusmão de Almeida (2015), a Comissão de Saúde Suplementar do CBO realizou uma vitoriosa negociação com o Ministério da Saúde, obtendo substancial correção na remuneração de inúmeros procedimentos oftalmológicos. A partir de então, seu nome mudou para Comissão de Saúde Suplementar e SUS (CSS.S).

Atualmente, a CSS.S coordena inúmeras ações e negociações em vários fóruns, com destaque para a Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS), as entidades representativas das seguradoras e operadoras, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) e o sistema CFM/CRMs.





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

**Editor**  
Jorge Rocha

**Produzido por**  
Selles Comunicação

**Coordenação Editorial**  
Alice Selles

**Projeto Gráfico**  
Bianca Andrade

**Diagramação**  
Douglas Almeida

**Jornalista Responsável**  
Juliana Temporal - MTB: 19.227

# Índice

**07** **Palavra do Presidente**  
Informação correta e segura: este é o nosso compromisso com você

**09** **Comportamento**  
Crenças populares e a saúde dos olhos



**12** **Idioma do Especialista**  
Vitaminas podem curar problemas de visão?



15

### Olhando de perto

Existe tratamento com remédios para a catarata?



25

### Vida e Visão

Exercícios podem curar o glaucoma?



19

### Linha direta

Exercícios podem curar a catarata?



29

### Prevenir é melhor

Existe prevenção para o glaucoma?



21

### Papo de consultório

Existe tratamento para retinose pigmentar?



33

### Informação e conscientização

Retinopatia diabética pode ser curada?



# O cuidado com a saúde ocular vai além

Cuidar da saúde dos seus olhos envolve diversos aspectos. A informação é um deles. Afinal, ao saber mais, é possível cuidar melhor.

Brasil Que Enxerga é uma iniciativa do Conselho Brasileiro de Oftalmologia.

Ela existe para que você tenha acesso a informações de uma fonte segura.

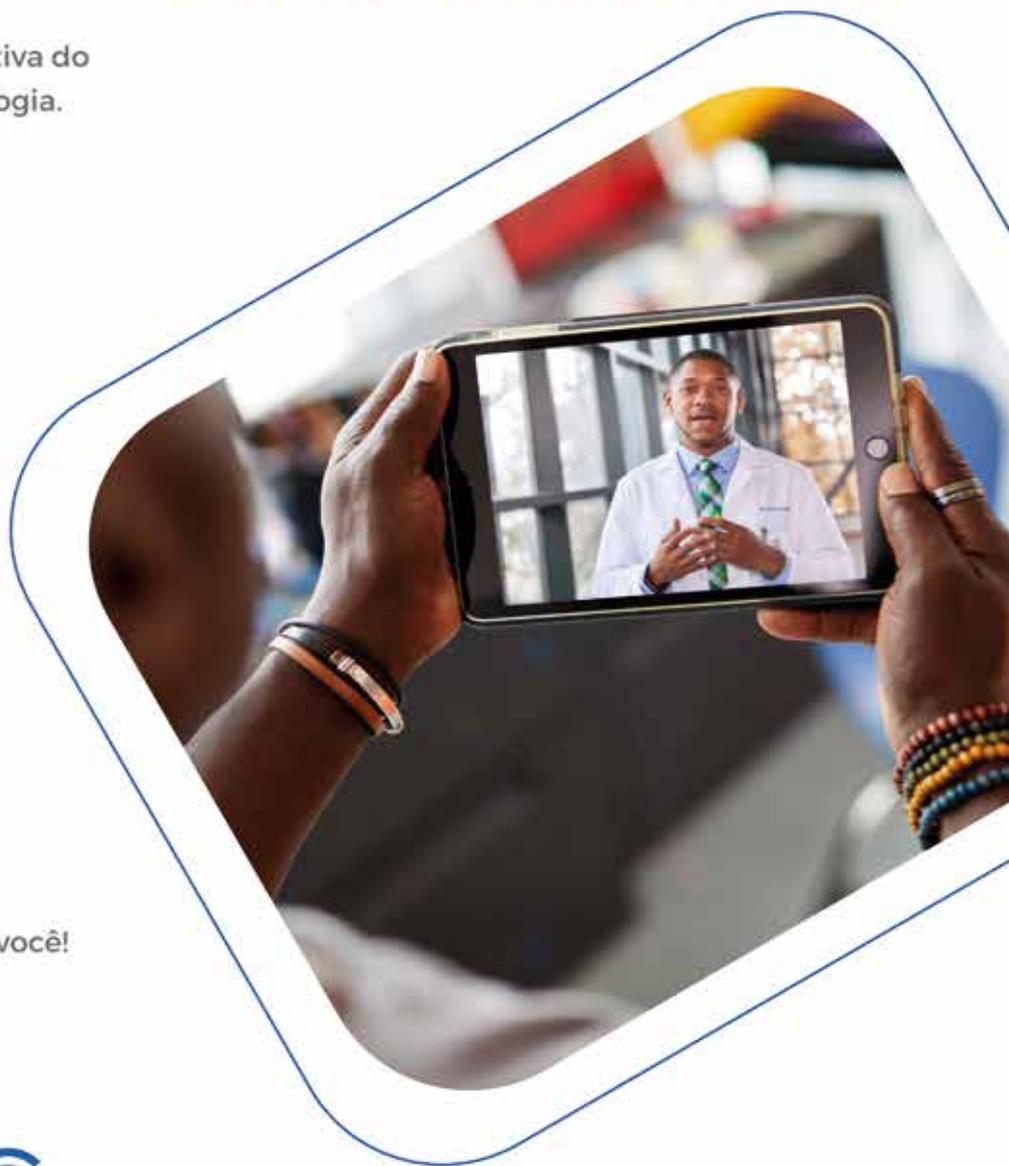
Através da teleorientação você pode conversar gratuitamente com oftalmologistas de todo o país.

Basta acessar [brasilqueenxerga.cbo.org.br](http://brasilqueenxerga.cbo.org.br) e agendar sua teleorientação!

Na teleducação, você pode assistir lives sobre os principais nomes da especialidade.

Tudo feito, especialmente, para você!

Saiba mais e acompanhe as lives no perfil [@vejabem\\_cbo](https://www.instagram.com/vejabem_cbo)



 **BRASIL QUE ENXERGA**  
SERVIÇO VOLUNTÁRIO DE  
TELEORIENTAÇÃO EM SAÚDE OCULAR  
CONSELHO BRASILEIRO DE OFTALMOLOGIA



**José Beniz Neto**

Presidente do Conselho  
Brasileiro de Oftalmologia  
Gestão 2020 - 2021

**“O compromisso do Conselho Brasileiro de Oftalmologia é com a verdade científica que é capaz de promover o conhecimento.”**

## Informação correta e segura: este é o nosso compromisso com você

**P**reconceitos, como a própria palavra deixa claro, se refere àquilo em que acreditamos, que consideramos uma verdade, sem que haja nenhuma evidência científica ou mesmo uma informação mais sólida. Esses conceitos prévios podem ser muito danosos no convívio social, e para a saúde também: muitas pessoas acreditam em coisas por que sempre ouviram que era “o certo”.

Tão forte quanto alguns preconceitos, são diversas crendices, frutos de uma época em que não haviam recursos ou conhecimento para fazer tratamentos efetivos. Mais uma vez, uma crença que parece inocente pode levar pessoas a deixarem de buscar o tratamento no tempo certo, e com isso gerar danos irreversíveis à saúde.

Nos últimos tempos vimos o crescimento de uma nova versão, mais tecnológica, das crendices: *fakenews*, ou, em bom português notícias falsas, se espalham pela internet e nas redes sociais de forma assustadora, e muitas pessoas simplesmente acreditam no que leram ou viram, já que viram em sua rede social favorita, postado por um amigo (real ou virtual) em quem confia. É impressionante o que encontramos de gente leviana, que fala de tratamentos “alternativos”, sem nenhuma comprovação científica. Ao atrasar a busca pelo tratamento correto, cientificamente comprovado, uma pessoa pode comprometer a visão e até mesmo causar cegueira irreversível.

Esta edição de nossa revista Veja Bem é dedicada exatamente a isso. Que mentiras têm sido repetidas tantas vezes na internet, sobre a saúde ocular, que acabam por parecer verdade para muitas pessoas? Que promessas levianas – para não dizer, criminosas – tem sido feitas por pessoas aproveitadoras, que praticam na mídia aquilo que temos chamado de “comércio da cura”?

O compromisso do Conselho Brasileiro de Oftalmologia é com a verdade científica que é capaz de promover o conhecimento. Afinal, acreditamos, como médicos que somos, que quanto mais bem informado cada cidadão brasileiro estiver sobre os cuidados com sua saúde, mais apto e responsável se torna para fazer as escolhas certas, e cobrar das autoridades competentes acesso ao tratamento do qual precisa.

Leia e compartilhe com seus amigos e familiares. Acompanhe também nossa página nas redes sociais e nosso portal: [www.vejabem.org.br](http://www.vejabem.org.br)



REDUZ OS EFEITOS DO TEMPO NA DMRI  
E AJUDA A MANTER A VISÃO SAUDÁVEL<sup>1,2</sup>

30 e 60  
cápsulas

FÓRMULA EXCLUSIVA COM

BILBERRY



Todos os benefícios



em **1 única cápsula diária**

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



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):2005-15. 2. Neely DC et al. Prevalence of undiagnosed Age-Related Macular Degeneration in Primary Eye Care. JAMA Ophthalmol 2017;135(6):570-75.

GENOM  
OFALMOLOGIA

GRUPO União Química  
farmacêutica nacional S/A



## Crenças populares e a saúde dos olhos

**Q**uantas crenças populares relacionadas aos olhos você conhece? Desde pequenos, ouvimos uma série de histórias sobre comportamentos que podem afetar – ou, em alguns casos, proporcionarem benefícios – à saúde dos olhos. Por exemplo, quando criança, alguém te repreendeu por “cruzar” os olhos, pois, caso batesse um vento, você ficaria dessa forma para sempre? Este tipo de costume é bastante comum, mas nem sempre é real. Confira algumas crenças relacionadas aos olhos!

## É possível curar terçol com o auxílio de um anel quente.

**Mito.** Além de ser uma medida ineficaz, esse método pode agravar o problema, causando contaminação local e uma lesão ainda maior em consequência de uma queimadura. Em casos de terçol, o mais indicado é consultar o médico oftalmologista, que poderá avaliar o quadro e indicar o tratamento mais adequado.

“Em casos de terçol, o mais indicado é consultar o médico oftalmologista, que poderá avaliar o quadro e indicar o tratamento mais adequado.”

## Tomar vento ao “cruzar” os olhos pode fazer com que eles fiquem dessa forma permanentemente.

**Mito.** O estrabismo ocorre quando há uma disfunção nos músculos oculares, que pode ocorrer por diversos fatores, mas não pelo vento.

## Ler com o texto muito próximo dos olhos prejudica a visão.

**Mito.** Aproximar livros e revistas dos olhos para ler não causa prejuízos à visão. Contudo, a necessidade de aproximar o texto do rosto pode indicar que há algo errado. Neste caso, é importante consultar o oftalmologista.





## Ler dentro de veículos em movimento causa o descolamento da retina.

**Mito.** Ler dentro de veículos em movimento pode causar enjoo, mal-estar e tontura, mas a prática não tem qualquer relação com o descolamento de retina.

**”Lembre-se: se há dúvidas, não se arrisque. O mais indicado é consultar um médico oftalmologista!”**

## Comer cenoura previne problemas de visão.

**Mito.** A cenoura é rica em vitamina A, componente fundamental para a saúde não só dos olhos, mas de todo o corpo. Seu consumo é muito importante, mas não possui impacto significativo sobre a saúde dos olhos.

Em quais dessas crenças você acreditava? Lembre-se: se há dúvidas, não se arrisque. O mais indicado é consultar um médico oftalmologista!



# Vitaminas podem curar problemas de visão?





**A**limentação equilibrada e saúde combinam muito bem. Incluir frutas, legumes e verduras nas refeições é a melhor forma de obter os nutrientes fundamentais para o bom funcionamento do organismo. E para a saúde dos olhos, você sabe quais são as vitaminas mais importantes? E será que elas são capazes de curar doenças oculares?

Certamente, você já ouviu falar que o consumo de cenoura faz bem para a visão. De fato, o vegetal contém uma grande quantidade de betacaroteno e vitamina A, importantíssimos para a saúde dos olhos. O mesmo vale para as vitaminas C e E, e para a luteína e a zeaxantina. Estes nutrientes são fundamentais, não só para a visão, mas para todo o corpo e é importante consumi-los na medida certa.

De fato, eles auxiliam o sistema de defesa e podem ajudar a prevenir doenças oculares, como DMRI e catarata, e a manter a visão saudável. No entanto, o consumo de vitaminas por si só não é capaz de curar problemas de visão. Diante de qualquer alteração, é importante consultar um médico oftalmologista, para que ele possa avaliar o quadro e orientar quanto ao tratamento mais adequado.

## Como obter estes nutrientes?

Tudo em excesso faz mal e com as vitaminas não é diferente. De modo geral, a quantidade diária adequada pode ser obtida por meio da alimentação, que deve ser equilibrada, dando preferência a alimentos naturais. A suplementação é indicada somente para casos específicos e nunca deve ser realizada sem orientação profissional, pois o consumo inadequado e excessivo pode causar prejuízos à saúde.

E lembre-se: visitar seu oftalmologista regularmente ainda é a melhor forma de prevenir doenças oculares!

**"De modo geral, a quantidade diária adequada pode ser obtida por meio da alimentação, que deve ser equilibrada, dando preferência a alimentos naturais."**



# Vista cansada e dificuldade para enxergar de perto?

**Varilux®**  
SUA MELHOR OFERTA

Conheça as lentes Multifocais Varilux® e escolha a melhor opção para você.

## VARILUX EM DOBRO



A tecnologia de Varilux que você já conhece, em dobro.

## VARILUX EM FAMÍLIA



Você usufrui da qualidade das lentes Varilux e ainda presenteia alguém com um par de lentes Essilor de visão simples.

## MEU 1º VARILUX



Condição especial para seu primeiro par de lentes multifocais com a qualidade Varilux.

PARTICIPE EM [VARILUX.COM.BR](http://VARILUX.COM.BR)



Nº 1 EM LENTES NO MUNDO

Aponte a câmera para o QR Code e acesse o Guia Prático sobre Lentes Multifocais.



Consulte regularmente seu médico oftalmologista.

1. Varilux em Dobro: Ao adquirir 1 (um) par de lentes Varilux®, receba o segundo par. 2. Varilux® em Família: Ao adquirir um par de lentes Varilux® da linha Series, receba um par de lentes Essilor de visão simples. 3. Meu Primeiro Varilux®: Condição especial para adquirir 1 (um) par de lentes Varilux® com adição de até 1,50 em ambas as lentes.

Programas não cumulativos. Confira os regulamentos completos, os produtos participantes e as condições de participação em [www.varilux.com.br](http://www.varilux.com.br).

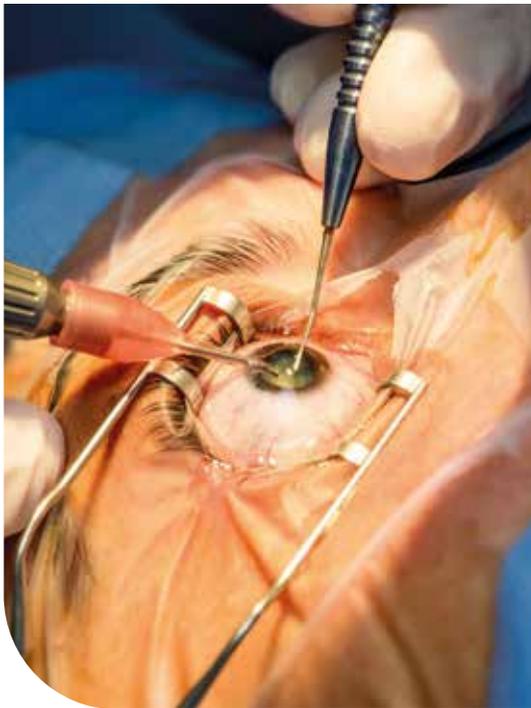
Varilux® e Essilor® são marcas registradas da Essilor International. Imagens meramente ilustrativas.

# Existe tratamento com remédios para a catarata?



Algumas doenças podem ser controladas com remédios e tratamentos, especialmente como medidas preventivas. A catarata, porém, não é um desses casos.

Se você já ouviu que alguém curou a catarata com remédios ou outros tipos de tratamento, atenção! De acordo com os médicos oftalmologistas, e com o Conselho Brasileiro de Oftalmologia, o único tratamento para a catarata é a cirurgia.



A chamada catarata senil é um processo natural do corpo que faz parte do envelhecimento. O cristalino, lente transparente por onde a luz passa em nossos olhos e que ajuda a formar a nossa visão de forma nítida, é uma membrana fina que, com o tempo, torna-se opaca.

Esse processo de opacificação do cristalino também pode acontecer com o uso irregular de corticoides, ou devido a traumas e acidentes, ou até mesmo ser congênito. Mas, em todos os casos, uma vez que o cristalino se torna opaco, não é possível reverter este efeito.

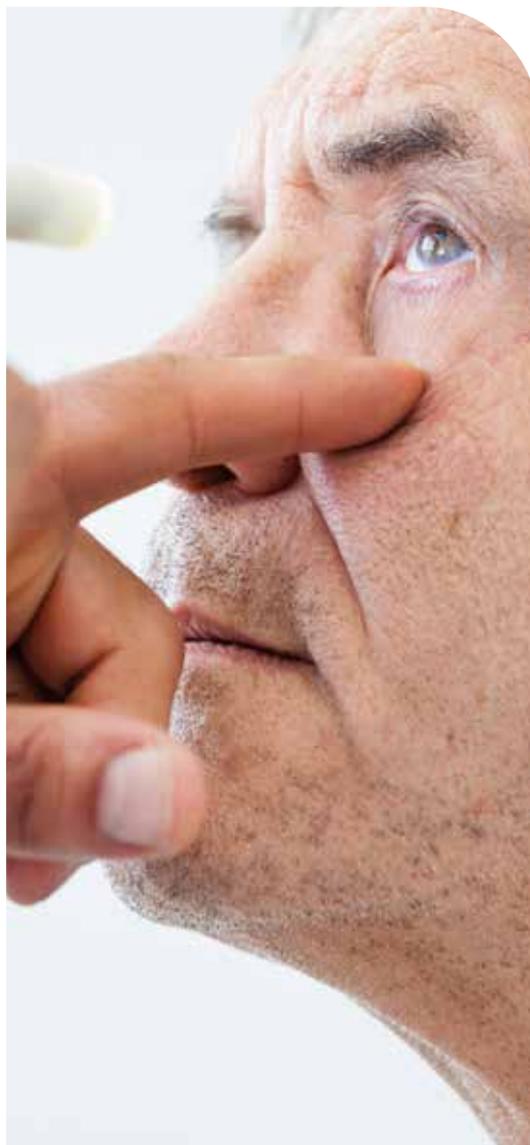
Os sintomas da catarata podem ser visão turva, miopia, visão dupla, halos ou manchas na visão, sensibilidade à luz (a chamada fotofobia) e diminuição de sensibilidade a cores e contraste, o que torna a visão, em lugares pouco iluminados, mais difícil.

Após a perda de transparência do cristalino, a única forma de retornar à visão é através de cirurgia. A cirurgia é feita com anestesia local e não há necessidade de internação. É feita uma pequena incisão no olho e por ela a lente comprometida é removida, e uma nova lente é inserida em seu lugar. Além de eliminar a catarata, a cirurgia também pode ser utilizada para corrigir

problemas de visão como miopia ou hipermetropia, ao inserir uma lente específica para o caso do paciente. Com isso, algumas vezes, a visão após a cirurgia é melhor do que antes do paciente desenvolver a catarata.

Agora que você já sabe, caso alguém diga que é possível curar catarata com medicamentos, fale que isso não é verdade! É importante sempre consultar seu médico oftalmologista e nunca aceitar sugestões de medicamentos, sem a receita médica, pois somente um médico especialista pode dizer o que é melhor para cada caso. Cuide da sua saúde ocular e não caia em fake news!

**"Agora que você já sabe, caso alguém diga que é possível curar catarata com medicamentos, fale que isso não é verdade!"**



# CHEGOU Vielut

## ÔMEGA



### A EVOLUÇÃO SUPLEMENTAR PARA OS OLHOS



 12 MG DE LUTEÍNA LIVRE  
FLORAGLO®

 2 MG DE ZEAXANTINA Natural  
OPTISHARP®

 ÔMEGA 3 com padrões  
globais de qualidade e  
pureza<sup>2</sup>

 DOSE ÚNICA DIÁRIA  Cápsulas  
Gelatinosas

1- A LUTEÍNA É UM CAROTENOIDE COM AÇÃO ANTIOXIDANTE. VIELUT ÔMEGA APRESENTA 12 MG DE LUTEÍNA LIVRE FLORAGLO

2- Padrões estabelecidos pela União Europeia, Health Canada e o FDA dos Estados Unidos

ALERGÍCOS: CONTÉM DERIVADOS DE PEIXE, SOJA E PODE CONTER DERIVADOS DE AMENDOIM. NÃO CONTÉM GLÚTEN



0800 050 0600



WWW.OFTAFARMA.COM.BR

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



## Exercícios podem curar a catarata?

**P** principal causa de cegueira reversível do mundo, a catarata afeta mais de 47% das pessoas com idade entre 65 e 74 anos. A doença é caracterizada pela opacificação do cristalino, conhecido como lente natural do olho. Sua evolução se dá de forma lenta e progressiva e, por isso, os primeiros sinais podem ser pouco específicos, dificultando o diagnóstico precoce e, consequentemente, atrasando o início do tratamento.

**A opacidade característica da catarata pode afetar diferentes pontos do cristalino:**

- No núcleo central: catarata nuclear.
- Abaixo da cápsula posterior: catarata subcapsular posterior.
- Ao lado do cristalino: catarata cortical.

Além disso, apesar de o tipo senil ser o mais comum, a doença pode estar presente desde o nascimento, sendo chamada de catarata congênita, ou ainda se desenvolver após traumas, inflamações oculares e uso sistemático e indevido de medicamentos com corticoides, inclusive colírios.

**“Não! A cirurgia é o único tratamento eficaz contra a catarata. Não existem medicamentos, colírios ou exercícios capazes de reverter o quadro.”**

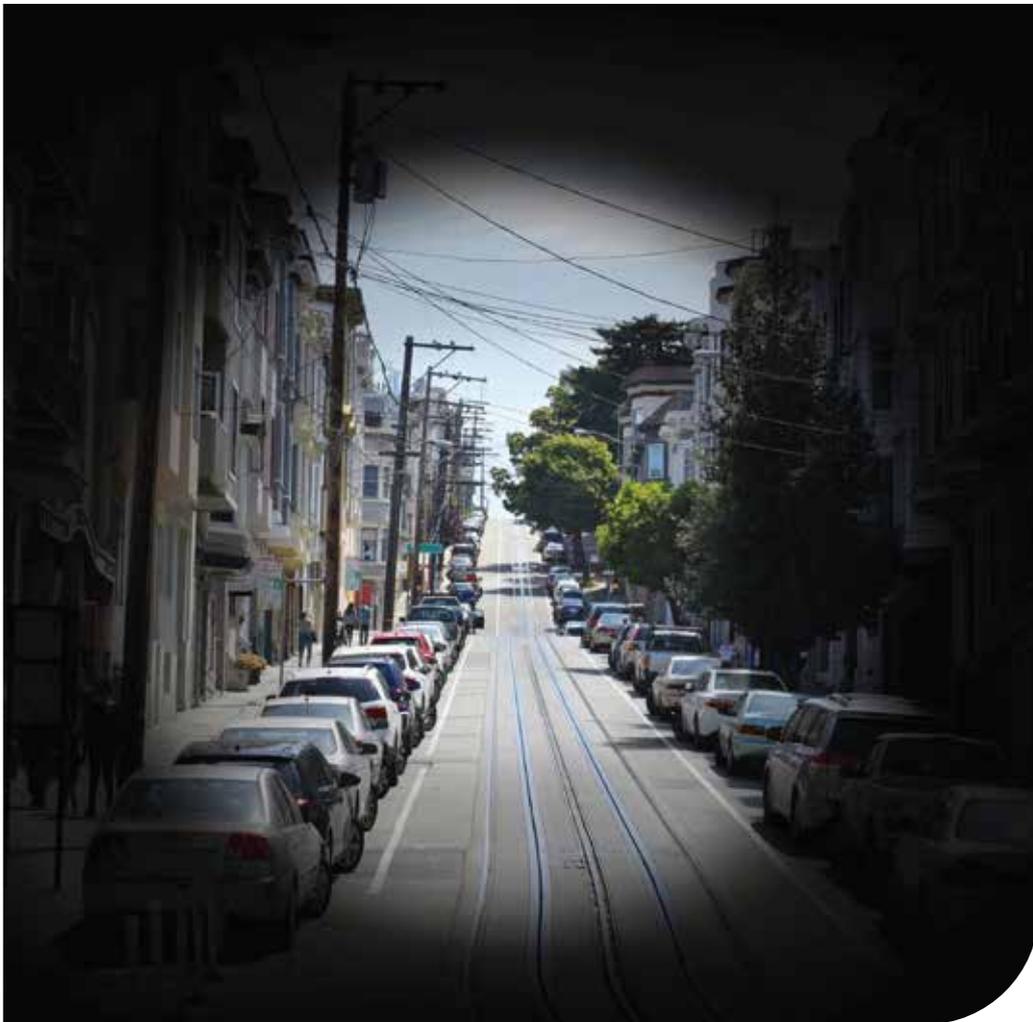
## **Mas, afinal, catarata pode ser curada com a realização de exercícios?**

Não! A cirurgia é o único tratamento eficaz contra a catarata. Não existem medicamentos, colírios ou exercícios capazes de reverter o quadro. O procedimento cirúrgico consiste na remoção do cristalino opacificado e seguinte substituição por uma lente intraocular. O tratamento é seguro, preciso, eficaz e permite que a visão seja reestabelecida quase que imediatamente após a cirurgia.

Ao contrário do que muitos pensam, não é necessário esperar a catarata “amadurecer”, ou seja, aguardar até que a doença atinja estágios mais avançados para que seja possível realizar a cirurgia. Pelo contrário, quanto antes for feita, melhor, pois permite a recuperação da visão e, conseqüentemente, da qualidade de vida, além de maior segurança na realização das tarefas diárias.

Não confie em falsas promessas de cura. O tratamento deve ser realizado sempre pelo médico oftalmologista.

# Existe tratamento para retinose pigmentar?



A retinose pigmentar é uma doença de caráter degenerativo, transmitida geneticamente. Ela é responsável pela perda progressiva e irreversível do campo visual. Estima-se que sua incidência junto à população geral seja de 0,025%, em média 1 para cada 3.5000 a 4.000 pessoas. Além disso, é importante considerar o número de portadores, uma vez que se trata de uma condição de transmissão genética. Neste caso, a média pode chegar a 1,25% da população.

A doença é causada pela degeneração progressiva dos fotorreceptores da retina. A consequência é que as estruturas fotorreceptoras do olho (cones e bastonetes) não são capazes de captar a luz corretamente, fator que impede a formação adequada da visão. Ocorre que, para enxergarmos, a retina recebe a luz do ambiente externo, que é transformada em estímulo nervoso e enviada ao cérebro através dos fotorreceptores. Quando essas células são comprometidas, a visão é diretamente afetada.

Não há cura para a retinose pigmentar. Em casos associados a mutações do gene RPE65, existem tratamentos de terapia gênica que visam impedir o avanço da doença. Inúmeras pesquisas ao redor do mundo têm sido conduzidas, em busca de, ao

*"Além disso, é importante considerar o número de portadores, uma vez que se trata de uma condição de transmissão genética."*



menos, uma forma de estabilizar a doença. Essas pesquisas seguem, basicamente, três vertentes: uso de células tronco, olho biônico (implante de chip em retina) em retina e terapia genética. No mais, as medidas relacionadas à reabilitação visual podem auxiliar na qualidade de vida e na independência desses pacientes.

Hoje, já existem testes genéticos que auxiliam na avaliação do risco e transmissão da doença de pais para filhos, além de contribuírem para um diagnóstico mais preciso. A identificação correta da retinose pigmentar é a melhor forma de usufruir dos benefícios de novas possíveis descobertas que possam ocorrer, através de pesquisas e abordagens de tratamento.

**“Hoje, já existem testes genéticos que auxiliam na avaliação do risco e transmissão da doença de pais para filhos, além de contribuírem para um diagnóstico mais preciso.”**



LANÇAMENTO  
LATINOFARMA



SEU ALIADO  
NA RUPTURA DO  
CÍRCULO VICIOSO  
DO OLHO SECO<sup>1-3</sup>

**EPA**  
360 mg

**DHA**  
240 mg

## + Componentes para a saúde dos olhos

VITAMINA  
**E**

VITAMINA  
**C**

VITAMINA  
**D**

VITAMINA  
**B**

MINERAIS

1. Craig JP, Nichols KK, Akpek EK, et al. TFOS DEWS II Definition and Classification Report. Ocul Surf. 2017; 15(3):276-283. 2. Liu A, Ji J. Omega-3 Essential Fatty Acids Therapy for Dry Eye Syndrome: A Meta-Analysis of Randomized Controlled Studies. Med Sci Monit. 2014; 20:1583-1589. 3. Jones L, Downie LE, Korb D, et al. TFOS DEWS II Management and Therapy Report. The Ocul Surf. 2017 Jul; 15(3):575-628.

Material destinado a classe médica. Jun 2021. Este produto não é um medicamento. Não exceder a recomendação diária de consumo indicada na embalagem. Mantenha fora do alcance de crianças.



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



## Exercícios podem curar o glaucoma?

**A** Oftalmologia é uma especialidade médica cercada de mitos. E não são raros os casos de pessoas que se aproveitam disso para promover técnicas e supostos tratamentos para doenças oculares que não possuem qualquer eficácia comprovada, visando, tão somente, o lucro próprio. É preciso ter atenção para não cair nessas falsas promessas. Não se engane: buscar informações em fontes seguras é a melhor forma de combater este tipo de comportamento.

**“É preciso ter atenção para não cair nessas falsas promessas. Não se engane: buscar informações em fontes seguras é a melhor forma de combater este tipo de comportamento.”**

A internet é repleta de fake news em todas as áreas, e a Oftalmologia não está livre disso. É preciso ter muito cuidado, pois esses supostos tratamentos, além de serem ineficazes, podem causar graves prejuízos à saúde dos olhos. Nem todo mundo que se denomina “doutor” na internet é médico ou possui a qualificação necessária para falar sobre o assunto. Sempre que desconfiar, busque mais informações no portal do Conselho Federal de Medicina para saber se a pessoa é realmente um médico.

Não se deixe enganar: não há cura para o glaucoma, tampouco através de exercícios. Os tratamentos disponíveis visam impedir o avanço da doença e prevenir a perda da visão. Lembre-se de que a doença se desenvolve progressivamente, de forma lenta e assintomática e, ainda que não se perceba uma piora da qualidade visual, sem o tratamento adequado, ela continua evoluindo e causando danos irreversíveis.

Inicialmente, o tratamento do glaucoma é realizado através da administração de colírios, que visam impedir o aumento pressão intraocular,

.....

**"Não se deixe enganar: não há cura para o glaucoma, tampouco através de exercícios."**

principal causa da doença. Pode ainda ser utilizado laser, em um procedimento chamado de iridectomia. Em casos em que os tratamentos anteriores não se mostraram eficientes no controle da doença, pode ser realizada uma cirurgia antiglaucomatosa. A medida mais indicada dependerá do estágio da doença.

O tratamento deve ser realizado, em qualquer hipótese, pelo médico oftalmologista. Ele é o único profissional capaz de realizar o diagnóstico correto e adotar a medida mais indicada para cada caso, após uma avaliação completa, incluindo a realização de exames. Não confie em tudo o que vê por aí. O médico oftalmologista é o melhor amigo da sua visão!



# ACUVUE®

O cuidado com as suas lentes de contato de troca programada é imprescindível. São necessários apenas alguns minutos para sua limpeza com a solução apropriada.



## LEMBRETES IMPORTANTES



### Lave suas mãos e seque-as

Para evitar irritações, certifique-se que suas mãos estejam lavadas, limpas e secas.



### Comece sempre pelo mesmo olho

Crie o hábito de começar sempre com o mesmo olho. Assim, você evita trocas, já que cada olho pode ter sua própria prescrição.



### Limpe bem suas lentes

Para lentes de troca programada, sempre limpe suas lentes de contato imediatamente após remoção. Se você usa lentes de descarte diário, descarte-as após a remoção.



### Nunca use água de torneira

Para limpar suas lentes de contato ou estojo nunca use água de torneira. Siga as instruções fornecidas na rotulagem do produto de limpeza e desinfecção ou como recomendado pelo oftalmologista.

Para saber mais, visite [www.acuvue.com.br/cuidados-com-as-lentes-de-contato/como-limpar](http://www.acuvue.com.br/cuidados-com-as-lentes-de-contato/como-limpar)

Consulte seu oftalmologista

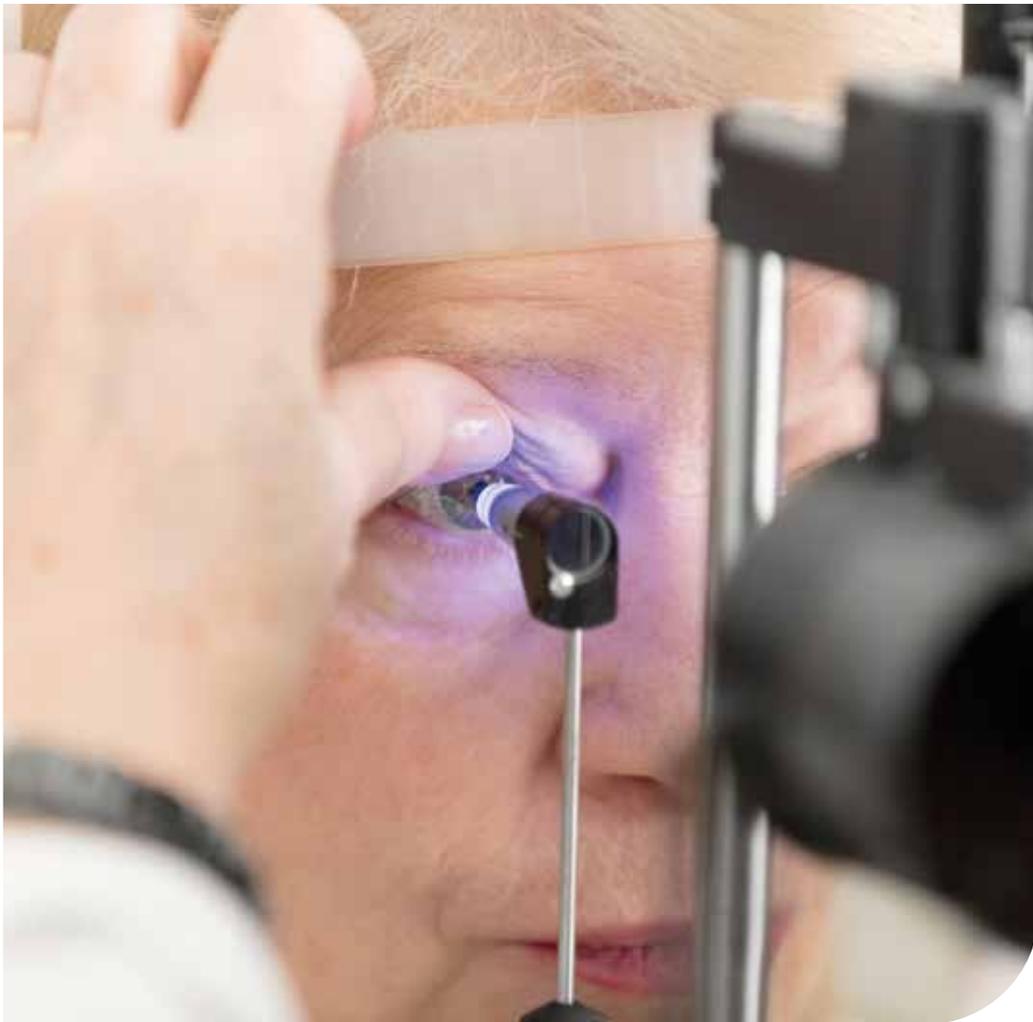
\*IUV Data on File 2020. Survey of 1584 Contact Lens patients in the US.

†The following ACUVUE® brand contact lenses have substantiated unbooster in comfort claims: ACUVUE® CASYS Brand Family (including daily disposable), 1 DAY ACUVUE® MOIST Brand Family (within the category of hydrogel daily disposable), and ACUVUE® VTA® Brand spherical only.

Informações Importantes de Segurança: VENDA SOB PRESCRIÇÃO MÉDICA REFRACTIONAL | Johnson & Johnson do Brasil Indústria e Comércio de Produtos para Saúde Ltda. 2020 - Todos os direitos reservados. Mais informações sobre cuidados para utilização (manuseio), advertências e indicação de uso do produto verifique o Guia de Instruções ao Usuário, acesse [www.acuvue.com.br](http://www.acuvue.com.br) ou ligue para a Central de Atendimento com o Consumidor 0800 782 5424. CONSULTE SEU OFTALMOLOGISTA REGULARMENTE. Os produtos ACUVUE® estão regulamentados na ANVISA.

O oftalmologista é o profissional responsável pela indicação e acompanhamento do uso de lentes de contato. Faça sua consulta regularmente.

# Existe prevenção para o glaucoma?



Certamente, você já ouviu falar sobre glaucoma. Esta é uma doença caracterizada por um grupo de condições relacionadas a danos ao nervo óptico e perda do campo visual, cujo principal fator de risco é o aumento da pressão intraocular. O glaucoma é a principal causa de cegueira irreversível e, de acordo com projeções da *International Agency for Prevention Of Blindness* – IAPB, até 2020, haveria, aproximadamente, 80 milhões de pessoas com glaucoma em todo o mundo e, até 2040, este número pode ultrapassar 111 milhões. Esses números são alarmantes e é urgente que sejam adotadas medidas capazes de mudar este cenário.

A devida atenção aos fatores de risco é muito importante para que seja possível identificar o glaucoma ainda nos estágios iniciais. A prevalência da doença aumenta com a idade, se tornando mais comum após os 40 anos. O histórico familiar também deve ser considerado, uma vez que as chances de desenvolver glaucoma são maiores para quem possui casos da doença na família. Outros fatores de risco incluem uso crônico de corticoide, trauma ou inflamação ocular e inclusão em um grupo étnico suscetível.



"A devida atenção aos fatores de risco é muito importante para que seja possível identificar o glaucoma ainda nos estágios iniciais."



## Afinal, é possível prevenir o glaucoma?

O glaucoma é uma doença que se desenvolve, principalmente, por fatores genéticos. Desta forma, não existem medidas capazes de impedir que ele apareça. Contudo, algumas ações podem auxiliar neste processo.

- Mantenha o cuidado regular com a saúde dos olhos.
- Conheça o histórico de doenças oculares de sua família.

- Nunca use medicamentos sem prescrição médica, incluindo colírios.
- Proteja os olhos com óculos especiais e equipamentos de proteção individual, a fim de evitar traumas.

E o mais importante: visite seu médico oftalmologista regularmente. O glaucoma se desenvolve de forma assintomática e o diagnóstico precoce é a principal forma de evitar complicações graves, como a perda da visão. Somente o oftalmologista é capaz de identificar a doença ainda nos estágios iniciais, mesmo sem a presença de sintomas. Cuide-se!

# Máximo conforto<sup>1</sup> para o dia a dia

## optive®

Sua atenção  
muda um olhar

Alívio rápido dos sintomas  
relacionados à irritação  
ocular e olho seco<sup>1</sup>



Descontos nas  
farmácias associadas.\*  
**25% OPTIVE®  
e 32% OPTIVE® UD**

Conheça aqui a farmácia  
associada mais próxima:



vivermaisallergan.com.br  
/farmacias-credenciadas



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 LASK (laser-assisted in situ keratomileusis). OPTIVE® e OPTIVE® UD /MS - 801436000093.



## Retinopatia diabética pode ser curada?

Quando o assunto é diabetes, prevenção deve ser a palavra de ordem. Isso porque a doença que, segundo a Federação Internacional de Diabetes, afeta mais de 16 milhões de pessoas só no Brasil, pode causar uma série de complicações. Nos olhos, a doença é responsável pela retinopatia diabética, uma doença grave, considerada a maior causa de cegueira em pacientes em idade laboral.

A retinopatia diabética é responsável por 4,8% dos 37 milhões de casos de cegueira devido a doenças oculares em todo o mundo (ou seja, 1,8 milhão de pessoas). Medidas relacionadas ao controle do diabetes, da hipertensão, do colesterol e do tabagismo se mostraram eficazes em reduzir consideravelmente as chances de desenvolvimento da doença. Desta forma, é muito importante que os cuidados sejam realizados de forma multidisciplinar.

Não há cura, contudo, algumas formas de retinopatia diabética podem ser tratadas, reduzindo o risco de perda visual em mais de 90% dos casos. Ainda assim, é importante ressaltar que os tratamentos disponíveis visam deter o avanço da doença e prevenir complicações, mas a visão perdida não pode ser completamente restaurada.

Estima-se que cerca de 2% dos pacientes que convivem com diabetes há mais de 15 anos tornam-se cegos e cerca de 10% desenvolvem perda visual grave. Quando esse tempo ultrapassa 20 anos, a estimativa é que mais de 75% dos pacientes desenvolvem retinopatia diabética. Por isso, quanto antes o diabetes for diagnosticado e o

**"Não há cura, contudo, algumas formas de retinopatia diabética podem ser tratadas, reduzindo o risco de perda visual em mais de 90% dos casos. "**

acompanhamento médico oftalmológico for iniciado, melhores são as perspectivas.

O diagnóstico precoce é a principal forma de manter a retinopatia diabética sob controle, evitando, assim, danos relacionados à visão. Para isso, é importante que o paciente diabético realize o acompanhamento junto ao médico oftalmologista. Somente ele poderá identificar qualquer alteração ainda nos estágios iniciais, antes que ocorram danos à visão. Se você convive com a doença, visite seu oftalmologista regularmente!

# + 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 **Allergan, Essilor, Genom, Johnson & Johnson, Latinofarma** e **Ofta**, que agora recebem aqui nosso sincero:

*Muito Obrigado!*



CONSELHO BRASILEIRO DE OFTALMOLOGIA

