

veja Bem...

CBO em Revista

A importância do pré-natal na saúde ocular da criança

Com Foco
Trauma ocular na infância

Olhando De Perto
Com que idade as crianças podem começar a usar lentes de contato?

Papo De Consultório
Você já ouviu falar em “diabetes juvenil”?

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**
Com a atenção que elas merecem

09 **Prevenir é melhor**
Cuidados com a saúde ocular:
quando é hora de começar?



13 **Vida e visão**
Os olhos do nascimento à infância:
entenda a capacidade visual de
acordo com o ciclo da vida



17 **Idioma do especialista**
Problemas de refração e
vida escolar



20

Ciência e tecnologia

Exposição excessiva às telas pode prejudicar a visão?



29

Linha direta

Quando parece estrabismo, mas não é!



23

Comportamento

A importância do pré-natal na saúde ocular da criança



30

Olhando de perto

Com que idade as crianças podem começar a usar lentes de contato?



26

Com foco

Trauma ocular na infância



33

Papo de consultório

Você já ouviu falar em “diabetes juvenil”?



Veja o que importa – ao longo de toda a sua vida.

Marque uma consulta com seu oftalmologista se você apresentar qualquer um destes problemas:



Manchas, clarões, visão dupla ou dificuldade de foco



Vermelhidão ao redor do olho ou alterações na cor da íris



Crescimento ou abaulamentos na sua pálpebra



Dor geral



Secreção ou lacrimejamento

Até 90 por cento das deficiências visuais são evitáveis¹

Você tem apresentado sintomas oculares?

¹ The Lancet Global Health Commission on Global Eye Health: vision beyond 2020
[https://www.thelancet.com/journals/langlo/article/PIIS2214-109X\(20\)30488-5/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/langlo/article/PIIS2214-109X(20)30488-5/fulltext)

Na Johnson & Johnson Vision, somos seus defensores da capacidade de enxergar nitidamente o que importa ao longo de toda a sua jornada de vida. Contra-ataques à miopia infantil. Lentes de contato que se adequam à sua maneira de viver.

Tecnologia que permite você corrigir a sua visão à medida que você envelhece. O primeiro passo é sempre consultar o seu oftalmologista anualmente, e, juntos, ajudaremos você a priorizar os seus olhos para que você consiga enxergar tudo ao longo de toda a sua vida.

Priorize
os seus olhos

Johnson & Johnson VISION

© Johnson & Johnson Vision
SET/2021 - ID: PP2021AMB5983



José Beniz Neto

Presidente do Conselho
Brasileiro de Oftalmologia
Gestão 2020 - 2021

"Esta edição tão especial traz ainda orientações preciosas sobre o que fazer quando ocorre algum acidente que afeta o olho da criança, e o que é preciso fazer quando isso ocorre."

Com a atenção que elas merecem

Crianças! Que alegria tê-las! Mas, quando alguma coisa vai mal com a saúde delas, isso é motivo de preocupação redobrada. Por isso, esta edição de nossa Veja Bem é dedicada à saúde ocular das crianças.

Você entenderá como se desenvolve a visão do bebê e como é possível observar se os pequenos apresentam sinais de que há algum problema e é hora de levá-lo à consulta com um médico oftalmologista.

Você saberá o quanto o acompanhamento pré-natal é importante para a saúde ocular das crianças, e também quando é hora de levar seu bebê ao médico oftalmologista. Ainda vai entender quando é hora de se preocupar com o desalinhamento dos olhinhos dos bebês.

Seus filhos assistem a muita televisão? Ficam muito tempo em frente ao computador, ou na tela do smartphone? É importante saber que esses hábitos aparentemente inocentes podem causar danos à visão. A boa notícia é que pequenas pausas podem fazer diferença.

Esta edição tão especial traz ainda orientações preciosas sobre o que fazer quando ocorre algum acidente que afeta o olho da criança, e o que é preciso fazer quando isso ocorre. Temos matérias muito interessantes também sobre os problemas de refração, que é a forma como são chamados problemas de visão como miopia, hipermetropia e astigmatismo. E ainda quando é possível as crianças reduzirem o uso de óculos e passarem a usar lentes de contato.

Não podíamos fechar esta edição sem falar sobre o diabetes tipo 1, ou "diabetes juvenil", uma doença que afeta o pâncreas e pode gerar problemas em todo o corpo, inclusive nos olhos. É importante que, quem tem alguma criança diabética na família, conheça os cuidados que precisam ser tomados com a visão.

Lembre-se que em tempos nos quais vemos e recebemos tantas notícias falsas, ter informação segura e relevante, como o que produzimos e trazemos aqui para você, é fundamental.

Boa leitura!



Active Sentry®

**O CENTRO DE CONTROLE MAIS
AVANÇADO DO MUNDO AO SEU ALCANCE**

**A primeira e única caneta de fecho com
um sensor de pressão integrado.¹**

O CENTURION® Vision System com a caneta de fecho ACTIVE SENTRY® coloca a avançada tecnologia ao seu alcance com um sensor de pressão integrado, oferecendo segurança, consistência e controle sem precedentes.²

Alcon



Cuidados com a saúde ocular: quando é hora de começar?

Se você pensou que devemos procurar o médico oftalmologista quando percebemos que estamos enxergando mal, está na hora de rever seus conceitos: a visão é um sentido muito importante, que nos conecta com tudo que está à nossa volta e, por isso mesmo, é fundamental para o desenvolvimento da criança. Os cuidados com a visão devem começar antes mesmo do nascimento e continuar por toda a vida. Acompanhe nossa linha do tempo:

Gravidez

O pré-natal é muito importante. Durante as visitas periódicas ao obstetra, o desenvolvimento do bebê – e a saúde da futura mamãe – são acompanhados. O acompanhamento inclui a avaliação das vacinas da mãe, que podem prevenir doenças como a rubéola, que se contraída durante a gravidez pode afetar a visão do bebê, e orientações sobre outras patologias também, como a toxoplasmose.

Parto

O parto normal é mais natural. Ninguém duvida disso. Mas, durante esse tipo de parto, o bebê pode ter contato com secreções genitais da mãe e desenvolver uma espécie de conjuntivite, chamada de oftalmia neonatal. Por isso, os médicos aplicam gotinhas de nitrato de prata nos cantinhos dos olhos do bebê e, com essa medida simples, afastam este risco.

Ainda na maternidade

Os olhos do bebê precisam ser examinados para verificar se as estruturas internas dos seus olhinhos são saudáveis (caso alguma coisa não esteja bem, quanto antes se iniciar o tratamento, melhor). Ainda na sala de parto o pediatra faz o Teste do Reflexo Vermelho, também chamado de Teste do Olhinho, um exame tão simples quanto importante: o médico

utiliza um pequeno aparelho, que se parece com uma lanterna para examinar os olhos do bebê. Um pequeno feixe de luz permite a identificação de problemas oculares, que podem comprometer seu desenvolvimento visual, como a catarata congênita, o glaucoma congênito e o retinoblastoma (um tipo de câncer que se instala na retina, ou seja, no interior dos olhos). Quando o médico suspeita de uma dessas doenças, o bebê é encaminhado para um médico oftalmologista. É muito importante ressaltar que o tratamento é cirúrgico e deve ser realizado o mais cedo possível, para evitar que a dificuldade comprometa o desenvolvimento visual do bebê.

Fique atento aos seus direitos

Em várias cidades e estados brasileiros, a realização do Teste do Olhinho é garantida por lei, em todas as maternidades, públicas ou privadas. Quem tem plano de saúde, tem o direito ao exame assegurado também. Se você é ou tem alguma gestante em sua família, procure se informar se o Teste é realizado na maternidade. Se não for, leve sua criança o quanto antes para uma avaliação com um médico oftalmologista.



Quando é hora de levar a criança ao médico oftalmologista?

O Teste do Olhinho deve ser repetido anualmente durante os primeiros 2 anos de vida. Se a criança não apresentar nenhum sinal de que enxerga mal, deve voltar ao médico oftalmologista por volta dos 3 ou 4 anos para um acompanhamento.

Mas, há alguns sinais que podem indicar que é importante procurar atendimento especializado antes disso, como quando a criança apresenta olhos vermelhos ou inflamados (o que pode ser uma conjuntivite), com lacrimejamento excessivo, ou ainda quando os olhinhos parecem fora de alinhamento.

Preste atenção: É muito comum que os bebês bem novinhos sejam um pouquinho estrábicos (vesguinhos). Isso normalmente passa conforme os pequenos músculos que sustentam seus olhinhos vão ganhando força. Mas, quando a criança continua com um ou os dois olhos fora da posição normal, é preciso consultar um oftalmologista. A criança deve ter estrabismo e isso precisa ser corrigido o quanto antes (muitas vezes com o uso de óculos ou de um tampão no olho, outras vezes, com uma cirurgia). Além dos problemas sociais (a criança é alvo de piadas entre os amiguinhos), o estrabismo pode gerar um problema muito maior: a ambliopia, ou olho preguiçoso. O que acontece é que o cérebro começa a desprezar as imagens que recebe do olho mais fraco que o outro e, com o tempo, ele perde a sua função.

Como cuidar dos olhos do bebê?

- Para limpar os olhinhos, utilize gaze ou pano limpo, molhado em água filtrada e fervida. Faça movimentos delicados e não aperte os olhos.
- Para sair ao sol, proteja os olhos do bebê com uma fralda limpa ou um chapéu.
- Não deixe que seu bebê brinque ou assista vídeos no smartphone. O desenvolvimento dos olhinhos pode ser prejudicado e a criança corre o risco de desenvolver miopia.



Bebês prematuros exigem ainda mais atenção

Crianças que nascem prematuramente, muitas vezes, não completaram o desenvolvimento da parte interna do olho. O problema, chamado de Retinopatia da Prematuridade (ROP), requer acompanhamento oftalmológico maior do que os demais, porque a doença pode levar ao descolamento de retina (a retina se solta da parede do fundo do olho). Sem acompanhamento, do médico oftalmologista, essas crianças podem perder a visão.



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**



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.

Os olhos do
nascimento à infância:
entenda a capacidade
visual de acordo com o
ciclo da vida



A visão apresenta mudanças de desempenho conforme as fases da vida e, muitas delas, acontecem no período entre o nascimento e a infância. Ainda no útero, a partir do sexto mês de gravidez, o bebê passa a ter a capacidade de identificar a luminosidade. Após o nascimento, o recém-nascido enxerga tudo o que está em uma distância de 15 a 40 centímetros, já que sua visão central ainda está em desenvolvimento. Alguns cuidados e recomendações nessa fase podem estimular e preservar a visão. Em caso de nascimentos prematuros, há maior risco de problemas oculares ligados à idade gestacional, e, quando há suspeita de algum comprometimento da visão, é fundamental ter o acompanhamento de um médico oftalmologista para que seja feito o diagnóstico e tratamento necessários.

"A visão apresenta mudanças de desempenho conforme as fases da vida e, muitas delas, acontecem no período entre o nascimento e a infância."

Lembre-se:

Independentemente se nascido a termo ou prematuro, o contato entre a mamãe e o seu neném durante a amamentação ou aleitamento é essencial. Assim, além de transmitir segurança, a proximidade vai proporcionar ao recém-nascido que observe os detalhes do rosto da mãe, estimulando a criação de laços e a percepção visual. A distinção dos objetos também é facilitada através de cores fortes e chamativas: apostar nessa informação na hora de decorar o quatinho pode ser um estímulo extra para a visão dos pequenos.

Acalmem-se, papais!

Cuidar de uma nova vida e proporcionar condições adequadas para seu bom desenvolvimento é uma grande responsabilidade, o que faz com que muitos pais e mães estejam atentos e se preocupem com qualquer característica aparentemente diferente do esperado, como a dificuldade que os bebês têm em alinhar os olhinhos. No entanto, esse é um aspecto comum até o terceiro mês de vida e não significa, necessariamente, que o bebê terá estrabismo. Isso acontece porque os músculos laterais ainda estão em fase de desenvolvimento e a tendência é que os olhos se alinhem com o passar do tempo, assim como a visão ganha mais nitidez. De acordo com especialistas em

Neuropediatria, as conexões dos nervos da retina com o cérebro acontecem a partir dos seis meses de idade, o que possibilita a evolução da visão.

Passada a fase dos “mesversários”...

Os saltos de desenvolvimento durante os primeiros meses de vida são aparentes. Apesar de a visão ser o primeiro sentido utilizado pelo bebê, somente a partir dos 2 anos de idade as crianças passam a enxergar como um adulto. Caso o pequeno não tenha apresentado problemas oculares e não haja casos de doenças oculares na família, o ideal é que a primeira consulta com um médico oftalmologista pediátrico seja realizada aos 3 anos de idade, a fim de preparar a criança para a fase de maior amadurecimento da visão: a transição entre a educação infantil e a alfabetização. Com isso, é possível diagnosticar precocemente possíveis problemas de visão e dar o suporte necessário para o aprendizado da leitura e escrita, que é quando a criança mais precisará enxergar bem.

Fique atento aos sinais

Entre 6 e 8 anos, há o completo desenvolvimento neurológico e é imprescindível cuidar da saúde ocular, já que, nessa fase, ainda é possível ter maior eficácia no tratamento caso exista algum problema na visão. O responsável deve ficar atento a qualquer alteração visual, já que é provável que a criança não sinalize caso perceba que algo está errado. Mas, alguns comportamentos podem ser um sinal de alerta, tais como:

- Dificuldade de leitura;
- Necessidade de aproximar o objeto dos olhos ou afastá-lo para enxergar melhor;
- Piscar excessivamente ao focalizar algum objeto;
- Sensibilidade à luz;
- Inflamação frequente nas pálpebras (terçol);
- Dores de cabeça constantes;
- Tontura durante a leitura.

A boa comunicação pode ser um diferencial

Converse constantemente com o seu filho sobre o processo de aprendizagem e pergunte como ele se sente quando é exposto a diferentes tipos de estímulos, como fontes de luz. O lar deve ser um ambiente seguro e para experimentação, deixe que a criança saiba disso. Cuide da visão do seu pequeno e permita que ele se preocupe com o que realmente deve se importar: ser criança.

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
específica¹⁻⁹**

**para aliviar os
Sintomas do Olho Seco**



**A soma que multiplica resultados:
Ômega 3 + Ômega 6**



Melhora a qualidade
da lágrima natural ^{1,4}



Restaura a camada
lipídica do filme lacrimal e
retarda sua evaporação ^{4,5}



Aumenta a secreção
da glândula lacrimal ^{1,5}



Previne a inflamação
da superfície ocular ^{4,7,8}

**Apresentação: 60 cápsulas
Posologia: 2 cápsulas por dia**

**Fórmula
Exclusiva
com:**

ômega

3

DHA + EPA =
492mg

ômega

6

GLA = 92mg

na medida ideal⁹ + 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/ClosedUp - Nov/20.



0800 011 15 59
A dose certa da
INFORMAÇÃO



GRUPO **U** **União Química**
farmacêutica nacional S/A



Problemas de refração e vida escolar

O início da vida escolar é um momento marcante para toda criança. É a fase do convívio com novos colegas, de muitas descobertas e, claro, de aprendizado. No entanto, esse aprendizado pode ficar comprometido se surgirem problemas de visão na criança, que podem causar baixo rendimento. Pais e professores devem ficar atentos a qualquer sinal de desconforto na visão das crianças, uma vez que o diagnóstico precoce é fundamental para garantir a saúde ocular infantil e o bom desenvolvimento escolar.

Conhecidos como “grau”, os erros refrativos - miopia, hipermetropia e astigmatismo - são a causa mais comum de deficiência visual na fase escolar. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), existem cerca de 148 milhões de pessoas com deficiência visual provocada por erros refrativos no mundo. Algumas situações, como aproveitamento escolar deficiente, menor produtividade profissional e acidentes de trabalho, estão diretamente relacionados à baixa visão e são frequentemente causados por esta condição.

Hipermetropia

É a condição em que o olho é menor que o normal. A visão é boa de longe, mas há dificuldade em focalizar as imagens de perto. A maioria das crianças é hipermetrope, em grau moderado. A hipermetropia não chega a ser um problema,

pois, na maioria dos casos, o grau diminui conforme o crescimento do olho, sendo bastante comum que a necessidade de óculos durante a infância termine na idade adulta. A correção pode ser feita com o uso de óculos ou lentes de contato. Os principais sintomas são cansaço, desconforto ocular após esforço na visão e dores de cabeça frequentes, principalmente ao final do dia.

Miopia

Ocorre quando o olho é mais longo que o normal, fazendo com que a imagem seja projetada antes da retina. A criança míope enxerga com clareza os objetos próximos a ela, mas possui enorme dificuldade de visualizar os objetos distantes. Por isso, as crianças que possuem miopia preferem realizar atividades em que não seja necessário usar a visão a distância, como a leitura. Pode ser uma condição hereditária, que geralmente é descoberta na idade escolar e que tende a aumentar durante o período de crescimento. As formas de correção são com uso de óculos ou lentes de contato.

Astigmatismo

É uma irregularidade na córnea, que faz com que a imagem fique distorcida. Em geral, as crianças que possuem astigmatismo são dispersas e não gostam de ler, porque visualizam os objetos de forma embaçada. Elas também se aproximam

demais dos cadernos ou dos livros para enxergar. É comum que apresentem sintomas como dores de cabeça, cansaço e irritação nos olhos, náuseas, sensibilidade à luz ou até cuidado excessivo, por esbarrarem ou tropeçarem com facilidade. O uso de óculos ou lentes de contato pode corrigir o astigmatismo.

É importante ressaltar que, embora a cirurgia seja uma alternativa de tratamento para erros refrativos, as crianças não podem ser submetidas a esse procedimento porque seu sistema visual não alcançou ainda a maturidade.

Além dos erros refrativos...

A ambliopia, conhecida como “olho preguiçoso”, também é um problema comum em crianças e pode causar a perda da visão. Caracteriza-se pela diminuição da visão em um ou ambos os olhos devido ao desenvolvimento anormal da visão na infância. O tratamento é feito de forma bem simples, o olho com melhor visão é tapado com uma gaze para que o olho deficiente se desenvolva. O procedimento será bem-sucedido, se a ambliopia for diagnosticada logo nos primeiros anos de vida da criança. A perda da visão pode ser permanente caso a condição não seja tratada antes dos 7 anos de idade.

Fique atento à visão das crianças! O médico oftalmologista é o profissional indicado para esclarecer todas as suas dúvidas.

“É importante ressaltar que, embora a cirurgia seja uma alternativa de tratamento para erros refrativos, as crianças não podem ser submetidas a esse procedimento porque seu sistema visual não alcançou ainda a maturidade.”





Exposição excessiva às telas pode prejudicar a visão?

O tempo de exposição às telas, que já era alto, aumentou após o início da pandemia de Covid-19. Com medidas de isolamento social e aulas remotas, o tempo ao ar livre diminuiu, enquanto o uso de celulares e computadores segue crescendo. De acordo com uma pesquisa realizada pelo Panorama Mobile Time/Opinion Box, entre crianças de 7 a 9 anos, a proporção que usa smartphone por três horas ou mais por dia saltou de 30% para 43% em um ano. Além disso, 37% das crianças com idades entre 10 e 12 anos usam o smartphone por 4 horas ou mais por dia. É certo que o excesso de exposição causa prejuízos à saúde, incluindo a visão.



A tecnologia é, de fato, uma grande aliada no dia a dia e facilita inúmeras tarefas. As aulas on-line, que fazem parte da rotina da maior parte das crianças durante a pandemia, permitem novas possibilidades em um momento em que a ida às escolas pode aumentar o risco de contaminação. Contudo, é importante ter muita cautela, pois o excesso pode ser um importante fator de risco para o desenvolvimento de doenças oculares, como a Síndrome da Visão de Computador (CVS) e os erros refrativos, especialmente a miopia.

Um estudo realizado pelo *JAMA Ophthalmology* constatou um aumento significativo dos casos de miopia entre crianças de 6 a 13 anos. A sugestão é que este crescimento esteja associado ao tempo insuficiente gasto em atividades ao ar livre e à maior duração de atividades que exigem a visão para perto, como usar o computador e o celular. Esses dados são preocupantes, uma vez que a Organização Mundial da Saúde (OMS) estima que metade da população mundial será míope em 2050.

A OMS publicou um manual com recomendações quanto ao tempo de tela, atividades físicas e sono para crianças. De acordo com o material, o ideal é que elas não sejam expostas às telas antes de completarem 1 ano de idade e que esse tempo seja de, no máximo, 60 minutos, até os 4 anos. A Sociedade Brasileira de Pediatria também publicou um manual de orientação, chamado #menos tela #mais saúde, que reitera as orientações e acrescenta que

adolescentes com idades entre 11 e 18 anos devem limitar o tempo a até 3 horas por dia e que nunca devem “virar a noite” no celular ou no computador.

Como prevenir problemas de visão em crianças?

- Monitore o tempo que ela passa junto à tecnologia.
- Verifique a iluminação do ambiente onde o computador ou o celular está sendo usado.
- Mantenha a tela do computador limpa.
- Certifique-se de que o monitor esteja a uma distância adequada. O ideal é que esteja a 50 cm do usuário.

Ao notar que a criança está com alguma dificuldade para enxergar, aproxima o rosto da tela ou “aperta” os olhos para ver melhor, não hesite em consultar um médico oftalmologista.

Fontes:

<https://jamanetwork.com/journals/jamaophthalmology/fullarticle/2774808?resultClick=1>

<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/311664/9789241550536-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/_22246c-ManOrient_-_MenosTelas__MaisSaude.pdf

<https://www.mobiletime.com.br/pesquisas/criancas-e-smartphones-no-brasil-outubro-de-2020/>



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



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.

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

A importância do pré-natal na saúde ocular da criança



De acordo com dados do Ministério da Saúde, cerca de 40% das causas de cegueira infantil são evitáveis ou tratáveis, e a prevenção é o melhor tratamento. A toxoplasmose, a rubéola e a sífilis podem afetar as mães e causar cegueira e problemas neurológicos na criança. E, durante a formação do feto, pode ocorrer má-formação dos olhos. O acometimento desses problemas oculares torna o exame pré-natal essencial, uma vez que, com ele, será possível identificar precocemente e tratar adequadamente cada doença detectada, para que o bebê tenha uma boa saúde ocular.

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

A seguir, conheça algumas doenças que podem atingir os bebês ainda no ventre da mãe e afetar a saúde ocular.

Sífilis

A doença pode causar no bebê alteração ocular grave como baixa visão, alterações da retina e até cegueira.

Herpes genital (HSV-2)

Se, após um intervalo de tempo, houver reincidência dos efeitos dessa doença durante a gravidez, a criança pode ser contaminada e ter infecções oculares.

Toxoplasmose

As complicações da doença no bebê podem ser má-formação cerebral e cicatriz na retina, causando alteração visual importante.

Rubéola

Se a mãe for contaminada durante a gravidez, a criança vai contrair rubéola congênita, além da possibilidade de ter catarata e até cegueira.

A alimentação da mãe no período de gravidez também é uma questão importante, pois o baixo

consumo de vitamina A pode causar doenças oculares na criança.

Outros cuidados com os olhinhos

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

cuidado importante, assim que a criança nasce, é a realização do teste do olhinho nos primeiros dias de vida ainda na maternidade. Desta forma, será possível identificar problemas na visão do nascituro e, se necessário, intervir o mais rápido possível.

A mãe e o pediatra que trata do bebê precisam estar atentos ao tamanho, brilho, cor e o aspecto geral dos olhos do recém-nascido. Esse simples ato pode identificar possíveis alterações ou anormalidades. Em caso de qualquer problema, deve-se procurar um oftalmopediatra.

"A mãe e o pediatra que trata do bebê precisam estar atentos ao tamanho, brilho, cor e o aspecto geral dos olhos do recém-nascido."





Trauma ocular na infância

Crianças são muito ágeis e um segundo de descuido pode resultar em um acidente grave. Por isso, quando há crianças por perto, a regra é uma só: redobrar a atenção. Infelizmente, acidentes envolvendo os olhos são muito comuns na infância, nos mais diversos lugares e situações. Entre as causas mais comuns estão objetos pontiagudos, contusões, animais de estimação e substâncias químicas.

O trauma está entre as principais causas de cegueira na infância. De modo geral, mais da metade dos casos de perda de visão em crianças ocorrem por causas evitáveis (15% tratáveis e 28% preveníveis). De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), ocorrem, por ano, cerca de 55 milhões de traumatismos oculares que restringem as atividades por pelo menos um dia do indivíduo afetado. Dentre esses, 750 mil necessitam de hospitalização e cerca de 200 mil são traumatismos abertos do globo ocular.

Ainda segundo a OMS, mudanças na legislação, como o uso obrigatório de cinto de segurança e restrições ao uso de fogos de artifício resultaram em uma diminuição dos casos de lesões oculares. Além disso, campanhas de sensibilização sobre estratégias de prevenção de trauma também se mostram bastante eficazes.



Como prevenir o trauma ocular?

Para prevenir acidentes oculares em crianças, algumas medidas podem ser adotadas. Pais, professores e responsáveis devem estar atentos para a adoção de condutas necessárias.

- Mantenha o cabo da panela no fogão virado para dentro, para prevenir queimaduras.
- Não deixe medicamentos e produtos de limpeza ao alcance das crianças.
- Evite brinquedos pontiagudos, estilingues, facas ou tesouras com pontas.
- Tenha cautela com plantas venenosas e pontiagudas. Plantas domésticas, que sejam pontudas, espinhosas ou que soltam líquido leitoso podem causar irritação, caso atinjam os olhos.
- Não fume perto de crianças.
- As fezes de alguns animais, principalmente a do gato e a de aves, podem transmitir a toxoplasmose, doença que provoca inflamação no olho, podendo levar à cegueira. É muito importante ensinar as crianças a lavarem bem as mãos, assim que acabarem de brincar com os animais.
- Produtos químicos e poluentes podem afetar os olhos das crianças que praticam natação ou outros esportes aquáticos. Por isso, o uso de óculos apropriado é muito importante.
- Oriente as crianças a não coçar os olhos repetidamente, pois a frequência pode facilitar o desenvolvimento de infecções e de doenças oculares, como o ceratocone.
- Na escola, professores devem estar atentos ao uso de objetos como lápis e tesoura, pois podem ferir os próprios olhos ou o dos colegas.
- Use cinto de segurança. Crianças de até 10 anos de idade devem estar sempre no banco traseiro.

Caso não seja possível evitar o trauma, é importante manter a calma e buscar ajuda médica. Não tente remover fragmentos ou realizar qualquer medida caseira, pois o quadro pode se tornar mais grave.

Fontes:

https://www.cbo.com.br/novo/publicacoes/con-dicoes_saude_ocular_brasil2019.pdf

<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/328717/9789241516570-por.pdf>



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
pureza²

 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.

Quando parece estrabismo, mas não é!

É errônea a ideia de que a criança deve ser levada ao oftalmologista somente quando for alfabetizada para conseguir enxergar o quadro negro ou no caso de haver dificuldades no rendimento escolar. Toda criança deve ser avaliada por um oftalmologista nos primeiros seis meses de vida. Nesta fase, os exames são muito importantes para diagnosticar problemas visuais precocemente e proporcionar uma evolução favorável da visão dos pequeninos. De acordo com especialistas, qualquer alteração pode influenciar no mecanismo da visão infantil e, por isso, o desenvolvimento ocular deve ser acompanhado pelo oftalmopediatra.

O estrabismo é um distúrbio que pode acometer as crianças e afeta o paralelismo entre os dois olhos, que apontam para direções diferentes. Se não for tratado, pode causar ambliopia (uma redução da visão) e perda permanente da visão. No entanto, em casos de suspeita de desvio no globo ocular, existe a possibilidade do diagnóstico ser estrabismo ou uma falsa aparência de estrabismo (epicanto), que somente o oftalmopediatra poderá comprovar. A diferença entre as duas condições é que o estrabismo não desaparece com o tempo, uma vez os olhos são verdadeiramente desalinhados.

O que a criança tem é pseudostrabismo (ou epicanto)?

O epicanto é uma condição em que questões anatômicas ou funcionais podem disfarçar um desvio nos olhos, se normalizando quando a criança começa a focalizar as imagens, em aproximadamente seis meses. Para melhor ilustrar o tema, basta pensar numa prega na pele do canto interno do olho, que encobre a parte branca do órgão, normalmente ao olhar para os lados. O caso se apresenta assim que a criança nasce, dando um formato amendoado para o olho em questão. Pode ser considerado uma anomalia, com potencial de causar diminuição da acuidade visual, porque a pele mais extensa cobre o canto do olho.

Como tratar?

Como no epicanto os olhos não são mal alinhados de verdade e trata-se de uma falsa aparência, a anomalia vai melhorar com a idade, de acordo com o estreitamento da prega nasal. Portanto, as dobras da pálpebra vão desaparecer.

Se a partir dos 6 meses de idade, a condição persistir, o ideal é procurar um oftalmopediatra para examinar a criança. Neste caso, o olho é estrábico e deve ser avaliado e tratado o mais rápido possível para evitar a perda definitiva da visão ou prejuízo no desenvolvimento visual, com reflexo na vida pessoal do paciente.



Com que idade as crianças podem começar a usar lentes de contato?

A criança pode fazer uso das lentes de contato desde que tenha maturidade para colocar e remover as lentes, além de cuidar de sua conservação e higiene. Isso costuma acontecer entre os 10 ou 12 anos, podendo variar de criança para criança. No entanto, é importante a supervisão dos pais no período de adaptação, assim como que o oftalmologista examine a criança, com frequência, para ter certeza de que as lentes não estão causando danos aos olhos.



A decisão sobre a indicação e o uso das lentes estão associados às características da criança e à determinação do oftalmologista. Contudo, algumas situações nas quais o uso das lentes não for a única opção, algumas perguntas podem nortear a decisão:

1. A criança tem necessidade de usar lentes de contato?
2. Foi o oftalmologista quem sugeriu o uso?
3. A opção de usar as lentes é a melhor para o desempenho da criança nos esportes?

Especialistas ressaltam que, caso a motivação seja apenas estética, reconsidere a decisão, pois usar lentes de contato requer cuidados específicos de higiene e uso. Atitudes aparentemente simples, como dizer que está cansado demais e não retirar as lentes para dormir, podem causar infecções por vírus, bactérias ou fungos. É importante não só tirar as lentes antes de dormir, mas também higienizar e guardar corretamente. E, inclusive, o oftalmologista irá orientar acerca da quantidade de horas, por dia, recomendadas para usar as lentes.

Para os usuários de lentes de contato, responsabilidade e cuidado são requisitos essenciais. E isso inclui as crianças. Elas precisam saber lidar com essa realidade e aprender a colocar e

remover as lentes corretamente, seguindo um plano de uso regular, para evitar problemas nos olhos, e sendo capazes de manusear as lentes de forma adequada.

Cuidados para a preservação das lentes de contato e uso adequado

- A criança pode praticar natação usando lentes de contato, mas é necessário também o uso dos óculos de proteção, devido ao risco de infecção bacteriana. O cloro utilizado nas piscinas, para diminuir a contaminação da água, também pode aderir às lentes e causar irritação nos olhos.
- Não é necessário usar vários produtos para o cuidado das lentes. No mercado, existem soluções específicas para limpar, enxaguar e desinfetar as lentes de contato. Desta forma, fica mais fácil e prática a manutenção.
- É importante lavar as mãos cuidadosamente com água e sabão, de modo que retirem qualquer resíduo das mãos e fiquem bem limpas para o manuseio das lentes de contato.
- Dê preferência a enxugar as mãos com toalhas de papel (só apertando), evitando tecidos, uma vez que soltam muitas fibras.



LANÇAMENTO LATINOFARMA

LUBRIFICANTE OCULAR¹

SEM CONSERVANTES¹

HIDRATAÇÃO PROLONGADA¹⁻³

USO COM LENTES DE CONTATO¹



Tecnologia[®]
PUREFLOW

♦ PONTA AZUL.
MAIOR PRECISÃO NA INSTILAÇÃO^{4,5}

♦ FRASCO ERGONÔMICO^{4,5}

* Ao longo de 8 semanas

1. Lunah: hialuronato de sódio. Bula do medicamento. 2. Lee JH, Ahn HS, Kim EK, Kim T. Efficacy of Sodium Hyaluronate and Garboxymethylcellulose in Treating Mild to Moderate Dry Eye Disease. *Cornea* 2011;30:175-179. 3. Nelson D, Farris RL. Sodium Hyaluronate and Polyvinyl Alcohol Artificial Tear Preparations - A Comparison in patients with keratoconjunctivitis sicca. *Arch Gphtalmol* - Vol 106, April 1988. 4. Novelia[®] folheto do produto. 2021 [internet] Disponível em: https://www.nemera.net/wpcontent/uploads/2018/10/Novelia_Product_Leaflet.pdf. 5. Sellier F, Using Intelligent Design to Deliver Safe Preservative-Free Mutli-Dose Eye Drops. *ONdrugDelivery Magazine*, Issue 63 (Jan 2016), pp 6-9.

LUNAH É UM MEDICAMENTO. SEU USO PODE TRAZER RISCOS. PROCURE O MÉDICO E O FARMACÊUTICO. LEIA A BULA.

LUNAH (hialuronato de sódio) Solução oftálmica estéril livre de fosfatos e sem conservantes 0,1% (1 mg/mL) e 0,2% (2 mg/mL) – VIA OFTÁLMICA. USO ADULTO. **INDICAÇÕES:** indicado para melhorar a lubrificação da superfície do olho para pessoas com sensação de secura, fadiga ou desconforto, devido a condições ambientais, bem como após intervenções cirúrgicas oftalmológicas. Reg. ANVISA nº 1.0298.0529. SAC: 0800 7011918. **CLASSIFICAÇÃO: VENDA LIVRE. SIGA CORRETAMENTE O MODO DE USAR, NÃO DESAPARECENDO OS SINTOMAS, PROCURE ORIENTAÇÃO MÉDICA. SE PERSISTIREM OS SINTOMAS, O MÉDICO DEVERÁ SER CONSULTADO.**

VEICULAÇÃO SET/21 – Cód. Mat. LTF0032



Você já ouviu falar em “diabetes juvenil”?

O diabetes tipo 1 ou “diabetes juvenil” ocorre quando o organismo tem a produção de insulina enfraquecida ou essa produção se torna deficiente. A *International Diabetes Federation* (IDF) divulgou que quase 100 mil crianças e adolescentes com menos de 15 anos são diagnosticados com diabetes tipo 1 a cada ano.

Nosso corpo produz um hormônio chamado insulina, responsável por fazer com que o açúcar que ingerimos, e está presente em nosso sangue, chegue até o interior das células para virar energia para nosso corpo. O diabetes tipo 1 faz com que o sistema imunológico do corpo ataque as células do pâncreas, órgão responsável pela produção da insulina. Com isso, a quantidade de insulina produzida diminui bastante, aumentando a quantidade de açúcar, ou glicose, no sangue. A glicose é a principal fonte de energia do organismo, mas o excesso pode gerar diversas complicações à saúde.

O diagnóstico é feito, na maioria das vezes, durante a infância ou adolescência, por isso, também é conhecida como “diabetes juvenil”. A idade mais provável para o diagnóstico da doença fica entre 10 e 16 anos. Crianças com idade entre 1 e 4 anos também podem apresentar a doença.

O que causa o “diabetes juvenil”?

Estudos indicam que a doença pode ocorrer por herança genética, mas, segundo informações da Sociedade Brasileira de Diabetes, ainda não existem pesquisas conclusivas sobre os fatores de risco para o tipo 1.

É importante ficar atento aos sintomas mais comuns, que servem como sinal de alerta para diagnosticar a doença. Com o aumento da glicemia (açúcar no sangue), os sintomas podem ser agravados gradativamente. Os mais comuns podem ser:

- Aumento da sede
- Aumento na vontade de urinar, inclusive o volume da urina aumenta
- Emagrecimento
- Visão confusa
- Impotência sexual
- Feridas nos membros inferiores
- Aumento da fome
- Tonturas

O diagnóstico é feito por um médico, a partir dos sintomas, e ele indicará um exame laboratorial para detectar a doença.

Caso não esteja devidamente controlada, o diabetes pode levar a vários problemas de saúde, principalmente afetando a visão. A retinopatia diabética é a doença mais prevalente entre diabéticos e pode levar à cegueira. Portanto, o acompanhamento de diabéticos com um médico oftalmologista é ainda mais importante. As crianças devem ter o acompanhamento oftalmológico anual e o controle da doença é fundamental para evitar o aparecimento desta e outras complicações.

+ 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

