

Veja Bem...

CBO em Revista

Covid-19 e o aumento dos casos de miopia entre as crianças



Vida e visão

Cuidados com a visão e segurança no trânsito: qual é a relação?

Prevenir é melhor

Chegou o outono: conheça as doenças oculares mais comuns na estação

Idioma do especialista

Alimentação saudável garante saúde ocular

80 ANOS



PRIMEIROS ANOS DE HISTÓRIA DO CBO

IV CONGRESSO BRASILEIRO DE OFTALMOLOGIA

O ano era 1941. Centenas de ilustres especialistas se reuniam no IV Congresso Brasileiro de Oftalmologia, evento no qual ocorreu a inauguração do Conselho Brasileiro de Oftalmologia.



PRIMEIRA DIRETORIA DA HISTÓRIA DO CBO

Cesário de Andrade - Presidente
Lineu Silva - Vice-presidente
Paiva Gonçalves - Secretário-geral
Paulo César - Tesoureiro



PRIMEIRA SEDE CBO RIO DE JANEIRO

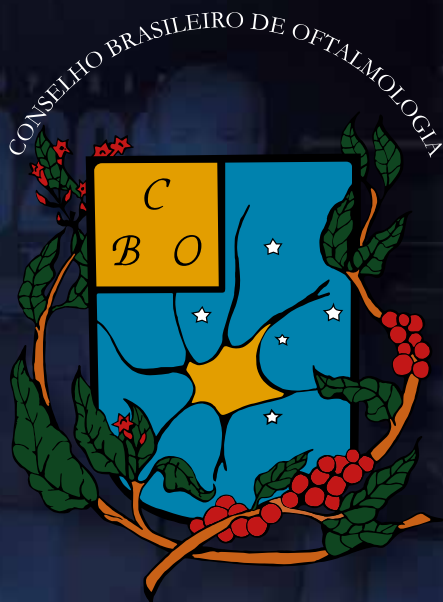


PRIMEIRAS COMISSÕES REGIONAIS

- **Estado do Rio Grande do Sul**
Presidente: Prof. Corrêa Meyer;
Membros: Drs. Eduardo Assis Brasil e Gastão Torres.
- **Estado de São Paulo**
Presidente: Dr. Waldemar Belfort Mattos;
Secretário: Dr. Benedito Paula Santos;
Tesoureiro: Dr. Aureliano Fonseca;
Membros: Professores e Livres Docentes das Escolas de Medicina e os presidentes da Sociedade de Oftalmologia de São Paulo.
- **Estado de Minas Gerais**
Presidente: Prof. Hilton Rocha;
Vice-Presidente: Dr. H. Martins Vieira;
1º Secretário: Dr. Odilon Alves;
2º secretário: Dr. C. Laborne Tavares;
Tesoureiro: Dr. Geraldo Queiroga.
- **Estado da Bahia**
Presidente: Dr. Theophilo Amorim;
Secretário: Dr. Heitor Marback;
Tesoureiro: Dr. Colombo Spínola.

SIGNIFICADO DO BRASÃO CBO

- A base é formada por uma espécie de escudo dentro do qual existe a figura de um neurônio e as estrelas da constelação do Cruzeiro do Sul.
- Em seu canto superior esquerdo, um quadrado no qual estão inseridas as letras CBO em que o C aparece em situação superior e, na linha de baixo, as letras B e O.
- Circundado este escudo, à direita um ramo de café e à esquerda um ramo de fumo, pretensamente duas riquezas nacionais, embora na época em que o símbolo começou a ser utilizado a economia do país já fosse bem mais diversificada.
- Na parte superior, servindo de moldura, escrito em linha curva o nome da entidade: CONSELHO BRASILEIRO DE OFTALMOLOGIA.





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**
Quando é hora de cuidar da
saúde de seus olhos?

09 **Linha Direta**
Glaucoma: doença silenciosa
e principal causa de cegueira
irreversível no mundo



13 **Idioma do Especialista**
Alimentação saudável garante
saúde ocular



16

Abril marrom

A importância de combater e prevenir a cegueira



28

Papo de consultório

Doenças raras e saúde ocular



18

Comportamento

Covid-19 e o aumento dos casos de miopia entre as crianças



30

Prevenir é melhor

Chegou o outono: conheça as doenças oculares mais comuns na estação



21

Ciência e tecnologia

Quais são alguns dos problemas de visão que podem ser tratados com cirurgia



33

Vida e Visão

Cuidados com a visão e segurança no trânsito: qual é a relação?



25

Olhando de perto

Beleza estética, plástica e os olhos



37

Informação e conscientização

A saúde ocular da mulher: o que você precisa saber



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 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

"Final, nosso trabalho envolve o tratamento de patologias muitas vezes silenciosas, mas com potencial de danos irreparáveis à visão."

Quando é hora de cuidar da saúde de seus olhos?

Depois de pouco mais de um ano de pandemia, vemos que muitas pessoas, por medo da Covid-19, deixaram de procurar atendimento oftalmológico. Claro que todos nós devemos manter as medidas recomendadas pelos especialistas no que se refere aos cuidados para evitar a propagação do coronavírus, mas os serviços oftalmológicos têm trabalhado incansavelmente para garantir a higienização de suas dependências e impedir a contaminação de suas equipes e pacientes. Isso é muito importante. Afinal, nosso trabalho envolve o tratamento de patologias muitas vezes silenciosas, mas com potencial de danos irreparáveis à visão.

Você tem nas mãos a nova edição da revista Veja Bem. Com uma leitura leve e prazerosa, poderá obter conhecimentos muito importantes. Na seção Ciência e Tecnologia, você saberá quais são os problemas de visão que podem ser tratados com cirurgia.

A seção Comportamento traz um alerta importante: está aumentando o número de casos de miopia entre crianças, e isso é atribuído pelos especialistas ao confinamento, já que os pequenos têm ficado mais tempo em frente às telas e menos em atividades ao ar livre.

Em época de conscientização e empoderamento feminino, mostramos que, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), duas a cada três pessoas cegas no mundo são mulheres, e que a OMS atribui o problema a questões socioeconômicas.

Sobre a questão que mencionamos no início deste texto (o afastamento de pacientes dos consultórios por causa da pandemia), trazemos dados preocupantes: a pesquisa "Um novo olhar para o glaucoma no Brasil", aplicada em junho de 2020 pelo IBOPE Inteligência, mostrou que 41% das pessoas entrevistadas não sabiam o que é glaucoma; 53% desconheciam que a doença possui a maior probabilidade de um quadro de cegueira irreversível; 39% desconheciam sua probabilidade de cegueira; e 47% acreditavam ser um mito ou não sabiam a relação da doença com hereditariedade.

Dentre tantas outras matérias muito interessantes desta edição, destaco mais uma: "Cuidados com a visão e segurança no trânsito: qual é a relação?". Nela, apontamos que, de acordo com dados da Polícia Rodoviária Federal (PRF) analisados pela Associação Brasileira de Medicina de Tráfego (Abramet), cerca de 1,6 mil acidentes registrados em rodovias brasileiras, entre 2016 e 2019, foram causados por questões relacionadas ao comprometimento da saúde visual. Daí, mais uma vez, vemos a importância de mantermos os cuidados com a saúde ocular em dia.

Boa leitura!

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.

.....

Glaucoma: doença silenciosa e principal causa de cegueira irreversível no mundo



De acordo com a Associação Mundial do Glaucoma, estima-se que cerca de 80 milhões de pessoas tenham glaucoma em todo o mundo. Aproximadamente 50% dos indivíduos com glaucoma não sabem que têm a doença, e esse número pode ser ainda maior em países subdesenvolvidos. Isso ocorre porque em seus estágios iniciais, o glaucoma é assintomático. Se não for tratado, o glaucoma pode evoluir para cegueira. A doença é um distúrbio degenerativo crônico e progressivo do nervo óptico que produz danos característicos no campo visual. A Semana Mundial do Glaucoma, realizada todos os anos no mês de março, é uma iniciativa conjunta global entre a Associação Mundial do Glaucoma e a Rede Mundial de Pacientes com Glaucoma, a fim de aumentar a conscientização sobre a doença e alertar a todos para que façam exames regulares do olho (e do nervo óptico) para detectar o glaucoma o mais cedo possível.

A pesquisa “Um novo olhar para o glaucoma no Brasil”, aplicada em junho de 2020 pelo IBOPE Inteligência, mostrou que 41% das pessoas entrevistadas não sabiam o que é glaucoma; 53% desconheciam que a doença possui a maior probabilidade de um quadro de cegueira irreversível; 39% desconheciam sua probabilidade de cegueira; e 47% acreditavam ser um mito ou desconheciam a relação da doença com hereditariedade. O

levantamento dos dados foi realizado junto a 2,7 mil internautas brasileiros, com idade a partir dos 18 anos, em diferentes estados: Bahia, Ceará, Pernambuco, Rio de Janeiro, Rio Grande do Sul, Santa Catarina e São Paulo.

O glaucoma é uma doença crônica que não tem cura e é capaz de causar cegueira se não for tratada a tempo, pois 80% dos glaucomas não

“Isso ocorre porque em seus estágios iniciais, o glaucoma é assintomático. Se não for tratado, o glaucoma pode evoluir para cegueira. A doença é um distúrbio degenerativo crônico e progressivo do nervo óptico que produz danos característicos no campo visual.”



apresentam sintomas no início da doença. Quanto mais precoce for o diagnóstico, maiores serão as chances de se evitar a perda da visão. Segundo a Sociedade Brasileira de Glaucoma, a doença é mais comum após os 40 anos de idade, atingindo aproximadamente um milhão de brasileiros. É a partir dessa idade que os exames de diagnóstico devem ser realizados anualmente. E, se houver fatores de risco, como hipertensão arterial, diabetes e histórico familiar de glaucoma, deve-se antecipar a procura por um oftalmologista.

O glaucoma ocorre quando a pressão elevada no interior do olho, no decorrer de alguns anos, danifica as fibras nervosas do nervo óptico. O olho contém um líquido (humor aquoso) que circula continuamente no seu interior. Esse líquido é produzido e escoado através de uma região denominada ângulo da câmara anterior. No glaucoma, há uma diminuição no escoamento desse líquido, o

que faz com que ele se acumule dentro do olho, provocando o aumento da pressão intraocular.

O paciente com glaucoma não tratado começa a perder a visão periférica, ou seja, quando ele olha para a frente, enxerga nitidamente os objetos que estão distantes, porém, não vê o que está nas laterais. É como se o olho estivesse observando através de um tubo. Nos estágios mais avançados, a visão central também é atingida e o glaucoma pode evoluir para a cegueira.

Para tratar o glaucoma, são usados colírios que diminuem a pressão intraocular e, geralmente, evitam a progressão da doença. Porém, o dano estabelecido não pode ser revertido. Em casos específicos, o tratamento a laser e a cirurgia também são recomendados.

Fonte: Sociedade Brasileira de Glaucoma

EXISTE UM COLÍRIO
ADAPTIS ADEQUADO
AO SEU PERFIL.

QUAL O SEU?


Adaptis



A linha mais completa de
colírios lubrificantes.

 SAC
0800 0500600
www.oftafarma.com.br


ofta
Vision Health

Os alimentos bons para os olhos

Frutas vermelhas ou roxas – São ricas em vitamina C e têm a função de combater os radicais livres e auxiliam na prevenção de perda de visão. Exemplos: morango, cereja, framboesa e amora.

Frutas amarelas ou verdes – São fontes de carotenoides, que previnem a deterioração da mácula. Exemplos: laranja, tangerina, limão e abacate.

Alimentos alaranjados – São ricos em vitamina A e betacaroteno, que funcionam como antioxidantes ajudando a proteger a retina e o desgaste da mácula. Exemplos: cenoura, mamão e abóbora.

Peixe – É rico em ômega 3, minerais e vitaminas A, B, D e E. Ajuda na lubrificação dos olhos, favorecendo quem tem Síndrome do Olho Seco. Exemplos: salmão, truta, atum e sardinha.

Verduras – Dê preferência às de folhas verde-escuras, que apresentam uma concentração maior de luteína e vitaminas antioxidantes. Exemplos: couve, espinafre e brócolis.

Fígado – É rico em vitamina A, substância essencial para a saúde dos olhos.

Ovos – Possuem luteína, zeaxantina, vitamina C, vitamina E e zinco, nutrientes que ajudam a

prevenir e proteger os olhos contra a cegueira noturna e olhos secos.

Azeite de oliva – É rico em ômega 3, auxiliando como antioxidante, e em vitamina E e polifenóis, que atuam com ação anti-inflamatória.

Óleo de linhaça – Contém ômega 3, ômega 6, ômega 9 e vitamina E. Ajuda a fortalecer o sistema imunológico, auxiliando na lubrificação e hidratação dos olhos.

Água – Mantém a hidratação e previne a Síndrome do Olho Seco.

A alimentação saudável é importante para a sua saúde ocular. No entanto, é indispensável que você também faça acompanhamento oftalmológico periódico para cuidar dos seus olhos, fazer prevenção e diagnosticar doenças precocemente.





**SAVE
THE
DATE**



**PELO
GLAUCOMA**

CONSELHO BRASILEIRO DE OFTALMOLOGIA

22 de maio às 9h

www.24hpeloglaucoma.com.br

Juntos pela saúde ocular!



**80
ANOS**

A importância de combater e prevenir a cegueira

De acordo com o Relatório Mundial sobre Visão publicado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), em 2019, globalmente, pelo menos 2,2 bilhões de pessoas teriam uma deficiência visual ou cegueira, das quais pelo menos 1 bilhão delas têm uma deficiência visual que poderia ter sido evitada ou não receberam o tratamento adequado. O levantamento também constatou que o envelhecimento da população, a mudança de estilo de vida e o acesso limitado à assistência oftalmológica, principalmente em países de baixa e média renda, estão entre os principais fatores para o crescimento do número de pessoas que vivem com deficiência visual.

O Abril Marrom é o mês em que se celebra a conscientização da população para o combate e a prevenção da cegueira. Segundo o relatório “As condições de saúde ocular no Brasil- 2019”, publicado pelo Conselho Brasileiro de Oftalmologia (CBO), a estimativa, baseada em índices do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

(IBGE), é de que cerca de 1,6 milhão de pessoas sejam cegas no país. O documento afirma ainda que é possível considerar que o Brasil tenha cerca de 26 mil crianças cegas por doenças oculares que poderiam ter sido evitadas ou tratadas precocemente. Enquanto que o envelhecimento e as principais causas de cegueira e baixa visão em adultos e idosos estão associados entre si. Como a população brasileira apresenta uma das maiores taxas de aumento da expectativa de vida entre os países mais populosos do mundo, há também a expectativa do aumento da prevalência de tais causas de cegueira.

As três principais causas de cegueira no mundo e no Brasil são doenças que acometem, sobretudo, os idosos: catarata, glaucoma e Degeneração Macular Relacionada à Idade (DMRI). Mas, a retinopatia diabética também merece atenção. Essas doenças podem ser tratadas quando diagnosticadas precocemente. Daí, a importância da consulta periódica ao oftalmologista ser realizada desde a infância e continuar em todas as fases

da vida, independentemente da necessidade ou não do uso de óculos. Muitas das doenças oftalmológicas são silenciosas, não apresentando sintomas nas fases iniciais. O acompanhamento oftalmológico vai monitorar a saúde dos olhos e detectar precocemente doenças, prevenindo assim a perda da visão.

O primeiro exame oftalmológico acontece ainda na maternidade, com a realização do teste do reflexo vermelho, mais conhecido como Teste do Olhinho. É um exame simples e indolor feito assim que o bebê nasce, com o objetivo de identificar precocemente alterações na visão, como catarata congênita, glaucoma congênito e ainda qualquer patologia ocular congênita que cause opacidade na córnea, tumores intraoculares, inflamações intraoculares ou hemorragias intravítreas. O exame é considerado uma importante ferramenta para a prevenção da cegueira infantil e, desde 2017, a realização do Teste do Olhinho é obrigatória por lei nos recém-nascidos em todos os hospitais e maternidades públicos e privados do país, para o rastreamento de doenças oculares.

Dentre as causas prevalentes de cegueira infantil estão a ambliopia (olho preguiçoso), que está relacionada a erro refracional não corrigido, à privação de imagem na retina (por obstrução nos meios oculares até os seis anos de idade) e o estrabismo, que levam ao inadequado desenvolvimento da visão no cérebro. A cegueira por ambliopia pode ser

prevenida com o exame oftalmológico das crianças com até três anos de idade. O tratamento do estrabismo começa pela correção das causas que provocaram o distúrbio. Quanto mais cedo o tratamento for feito, melhores e mais rápidos serão os resultados.

Prevenir ainda é o melhor remédio. Consulte regularmente o oftalmologista para cuidar da sua saúde ocular e prevenir doenças que podem causar cegueira.





Covid-19 e o aumento dos casos de miopia entre as crianças

A pandemia de Covid-19 já dura mais de um ano e, durante esse tempo, provocou uma série de mudanças e efeitos colaterais em toda as áreas da sociedade. No que diz respeito à Oftalmologia, não foi diferente. Além das complicações oculares associadas à doença, outro problema vem preocupando especialistas: o aumento dos casos de miopia entre crianças neste período. O confinamento é apontado como principal motivo, devido ao maior tempo em frente às telas e à queda das atividades ao ar livre.

A miopia ocorre quando o foco visual se forma antes da retina, causando dificuldade para enxergar com nitidez o que está longe. De acordo com dados da OMS (Organização Mundial da Saúde), entre 2020 e 2050, estima-se que a alta miopia cresça 89% no Brasil. Durante o tempo da pandemia, houve um aumento de 39% nos atendimentos de crianças com a doença na rede pública hospitalar, de acordo com a Secretaria de Saúde de Brasília.

Um estudo publicado em janeiro deste ano, no *JAMA Ophthalmology*, um importante jornal acadêmico com foco em Oftalmologia, investigou a relação entre o confinamento durante a pandemia e o aumento dos casos de miopia entre crianças, na China. A pesquisa, que já era realizada desde 2015, testou 123.535 crianças, com idades entre 6 e 13 anos. Notou-se uma prevalência de miopia, aproximadamente, três vezes maior em 2020, se comparado aos números dos anos anteriores, especialmente em crianças com 6, 7 e 8 anos de idade.

A conclusão dos pesquisadores é que o confinamento domiciliar pode ser apontado como o principal responsável por essa mudança substancial do número de casos de miopia em crianças. O uso de telas, como smartphones, tablets, computadores e TVs, seja para estudar ou como forma de entretenimento, aumentou consideravelmente durante este período, além da

diminuição do tempo em ambientes externos, fatores que favorecem o desenvolvimento do erro de refração.

Como prevenir o problema?

O ideal é limitar o tempo de uso das telas, fazer pausas regulares e sempre que possível – e seguro – praticar atividades ao ar livre, mesmo que no quintal ou na varanda de casa. Além disso, outra medida fundamental é visitar o médico oftalmologista regularmente, especialmente se surgir qualquer incômodo ou dificuldade para enxergar.



LINHA DE SUPLEMENTOS LATINOFARMA



COMPONENTES CONTRA DANOS DO ESTRESSE OXIDATIVO ¹

Luteína

Zeaxantina

Vitamina
C

Vitamina
E

Cobre

Zinco



Cápsulas pequenas de fácil deglutição ^{2,3}



Disponível nas farmácias ⁴

Material destinado a classe médica. Abril 2021. Estes produtos não são medicamentos.

Não exceder a recomendação diária de consumo indicada na embalagem. Mantenha fora do alcance de crianças.

Referências Bibliográficas: **1.** Combs GF Jr. The vitamins: fundamental aspects in nutrition and health. 3ª edition. Thaca. New York; 2008.

2. AREDS. Informação de embalagem. **3.** DOIS. Informações de embalagem. **4.** Produto disponível em Grandes Redes, Redes Independentes e Distribuidores

Registrados por: CRISTÁLIA Produtos Químicos Farmacêuticos Ltda. Rodovia Itapira - Lindóia, km14, Itapira - SP - CNPJ nº 44.734.671/0001-51 - Indústria Brasileira - SAC: 0800 7011918
Farm. Resp.: Dr. José Carlos Módolo - CRF-SP nº 10.446. **Fabricados por:** CRISTÁLIA Prod. Quím. Farm. Ltda. - Rua Dr. Tomás Sepe, 489 - Cotia - SP - CNPJ 44.734.671 / 0023-67 - Ind. Brasileira



LATINOFARMA
Uma divisão do Grupo Cristalia

Quais são alguns dos problemas de visão que podem ser tratados com cirurgia

A Oftalmologia é uma das especialidades médicas que mais evoluíram em termos de tecnologia. Houve melhora na precisão do diagnóstico, no tempo de atendimento, na segurança das cirurgias. Hoje, os pacientes têm acesso a diversos tratamentos inovadores e a técnicas de última geração, como as sofisticadas cirurgias a laser.

A visão é um dos nossos principais sentidos, por meio dela temos as imagens do mundo que nos cerca. Os problemas de visão podem surgir desde o nascimento ou se desenvolver ao longo da vida. A maioria deles pode ser corrigida com o uso de óculos ou lentes de contato e cirurgia.



Conheça algumas das doenças que podem ser corrigidas com cirurgia

Astigmatismo – O problema atinge pessoas de todas as idades. Pessoas com astigmatismo enxergam objetos distorcidos tanto de longe quanto de perto. Deve ser tratado com o uso de óculos, mas casos mais graves podem fazer a cirurgia a laser.

Hipermetropia – Pessoas com hipermetropia têm dificuldades em enxergar objetos de perto. Geralmente, aparece desde o nascimento. Por isso, é muito importante ficar atento

"A catarata faz parte do envelhecimento natural dos olhos e, por isso, é mais comum em idosos. Os sintomas são visão embaçada e necessidade de mais luz para enxergar com nitidez."

às crianças, principalmente na fase escolar. O problema é tratado com uso de lentes corretivas, mas, quando há indicação médica, a cirurgia também é possível.

Miopia – É o problema de visão mais comum no mundo e caracterizado pela dificuldade em enxergar de longe com nitidez. O tratamento é feito com o uso de óculos ou lentes de contato que ajudam a focar a imagem. A cirurgia de miopia é indicado nos casos de miopia estável. Quando o grau não para de aumentar a cirurgia não está indicada.

Catarata - É uma das doenças oculares em que o principal tratamento é a cirurgia e o paciente pode voltar a enxergar normalmente. A catarata faz parte do envelhecimento natural dos olhos e, por isso, é mais comum em idosos. Os sintomas são visão embaçada e necessidade de mais luz para enxergar com nitidez.

Glaucoma – É causado pelo aumento da pressão intraocular (ou seja, pressão alta nos olhos), sendo assintomático na maioria dos casos. Em fase avançada, pode levar à cegueira e não tem reversão. O tratamento é feito com colírio para diminuir a pressão. Em casos graves, quando o colírio já não resolve o problema, a cirurgia pode ser realizada.



Retinopatia diabética – É uma complicação causada pelo diabetes e ocorre quando o excesso de glicose no sangue danifica os vasos sanguíneos dentro da retina, região do olho responsável pela formação das imagens enviadas ao cérebro. A doença não costuma apresentar sintomas, mas quando ocorre hemorragia vítrea, o paciente pode ver manchas flutuantes na visão. Se não

diagnosticada e tratada precocemente, pode levar à cegueira irreversível. O tratamento consiste em aplicação de laser e medicações intravítreas nas fases iniciais e intermediária da doença, e cirurgia na fase avançada. Todos os pacientes diabéticos devem fazer acompanhamento oftalmológico e a frequência deste vai ser determinada pelo médico oftalmologista.

A família de lentes de contato ACUVUE® OASYS

oferece conforto excepcional durante o uso de aparelhos digitais^{1,2,3}



ACUVUE® OASYS foi criada para ajudar a diminuir a sensação de olhos cansados^{2*} e oferece conforto imbatível^{4,5}

* DEVIDO AO USO DE APARELHOS DIGITAIS.

1. A FAMÍLIA OASYS FOI FORMULADA COM UM AGENTE UMECTANTE INTERNO PARA AJUDAR A MANTER O FILME LACRIMAL ESTÁVEL E REDUZIR OS SINTOMAS DE SECURA CAUSADOS PELA EXPOSIÇÃO A DISPOSITIVOS DIGITAIS. 2. JJV DATA ON FILE 2020. ACUVUE OASYS FAMILY DIGITAL CLAIMS. 3. RUSTON D. COMPUTERS, COMFORT AND CONTACT LENSES. OPTICIAN. NO 6072, VOL. 232. OCTOBER 6, 2006. 4. JJV DATA ON FILE 2018. ACUVUE® OASYS WITH TRANSITIONSTM LIGHT INTELLIGENT TECHNOLOGY™ - OBJECTIVE AND SUBJECTIVE CLINICAL. 3 JJV DATA ON FILE 2018. DEFINITION OF ACUVUE® OASYS WITH TRANSITIONSTM LIGHT INTELLIGENT TECHNOLOGY™. 5. WWW.CLINICALTRIALS.GOV É UM WEBSITE MANTIDO PELO NIH. OS 21 ESTUDOS CLÍNICOS AVALIARAM O CONFORTO SUBJETIVO COMO ENDPOINT PRIMÁRIO OU SECUNDÁRIO PARA AS MARCAS ACUVUE® OASYS COM HYDRACLEAR® PLUS E ACUVUE® OASYS WITH TRANSITIONSTM LIGHT INTELLIGENT TECHNOLOGY™. REVISÃO REALIZADA EM 2 DE OUTUBRO DE 2019. VENDA SOB PRESCRIÇÃO MÉDICA REFRACTIONAL. CONSULTE SEU OFTALMOLOGISTA REGULARMENTE. PARA MAIS INFORMAÇÕES, ACESSE WWW.ACUVUE.COM.BR OU LIGUE PARA A CENTRAL DE RELACIONAMENTO COM O CONSUMIDOR: 0800 762 5424. OS PRODUTOS ACUVUE® ESTÃO DEVIDAMENTE REGULARIZADOS NA ANVISA. MAIO/2021. ID: PP2021MLT5215

ACUVUE®
LENTES DE CONTATO

Beleza estética, plástica e os olhos



Você já se olhou no espelho e achou que alguma coisa não estava em harmonia nos seus olhos? Talvez um excesso de pele nas pálpebras, ou uma flacidez que atrapalha a visão? Esses são alguns dos problemas que podem incomodar e afetar a sua autoestima ou até mesmo comprometer a funcionalidade dos olhos. Nesses casos, o mais indicado é consultar o cirurgião oculoplástico, oftalmologista com especialização em plástica das pálpebras, sistema lacrimal, órbita e áreas anexas. Na Oftalmologia, a subespecialidade de plástica ocular avalia não somente as necessidades estéticas, mas também a saúde dos olhos.

As cirurgias de plástica ocular podem intervir esteticamente na região dos olhos, melhorando o aspecto de cansaço ou retirando excessos de

pele, mas também têm indicações funcionais, como nos casos de pterígio (membrana que cresce sobre o olho em direção à córnea) ou de tumores tanto malignos como benignos, que podem limitar o campo visual. Qualquer que seja o seu caso, é importante fazer uma avaliação oftalmológica com o cirurgião oculoplástico para saber mais sobre indicações, riscos e benefícios da plástica ocular.

“Na Oftalmologia, a subespecialidade de plástica ocular avalia não somente as necessidades estéticas, mas também a saúde dos olhos.”





As principais indicações para cirurgias de plástica ocular

Blefaroplastia – Remoção de pele em excesso na pálpebra superior e/ou inferior.

Ptose Palpebral – Quando a pálpebra superior está mais baixa que o normal.

Ectrópio/Entrópio – É uma alteração anatômica da borda palpebral, podendo ser para fora (ectrópio), ou para dentro em direção ao globo ocular (entrópio).

Blefaroespasm – Quando há contração muscular involuntária da pálpebra e dos músculos ao redor dos olhos.

Obstrução das vias lacrimais – O canal lacrimal é responsável pelo escoamento da lágrima. A obstrução gera lacrimejamento constante e inchaço das pálpebras.

Pterígio – É uma membrana que avança sobre a córnea. Não causa perda da visão, mas pode afetar a acuidade visual.

Tumor Palpebral – Remoção do tumor e reconstrução das pálpebras.

Triquíase – Alteração na direção dos cílios, que se encontram invertidos de modo que tocam o globo ocular e provocam grande desconforto.

Lagofalmo Paralítico – Incapacidade de fechamento da pálpebra por completo após paralisia facial temporária ou permanente.

Estética – Remoção de pele e gordura ao redor dos olhos e aplicação de toxina botulínica (comercialmente conhecida como Botox) para minimizar os efeitos do envelhecimento da pele.



Doenças raras e saúde ocular

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), é considerada rara a doença que afeta até 65 pessoas em um grupo de 100 mil, ou seja, 1,3 para cada 2 mil pessoas. Estima-se que existam entre 6 mil e 8 mil tipos diferentes de doenças raras em todo o mundo, que se manifestam de inúmeras formas, variando de doença para doença e em cada pessoa. Na maior parte dos casos, essas patologias são crônicas, evoluem de forma progressiva, são de difícil diagnóstico e exigem acompanhamento multidisciplinar, com médicos, fisioterapeutas, fonoaudiólogos, entre outros profissionais de saúde.

As manifestações oculares são complicações bastante frequentes nesses casos. Além disso, existem doenças raras relacionadas diretamente aos olhos, como distrofias da retina, alguns tipos de câncer e alterações genéticas. É comum que causem a perda da visão, de forma lenta e progressiva e, ainda que não seja possível tratar a maior parte dos casos, existem medidas capazes de melhorar a qualidade de vida do paciente e retardar o avanço da degeneração ocular.

A importância do diagnóstico correto

Diagnosticar corretamente é o primeiro passo para um tratamento adequado, que seja capaz de proporcionar uma melhora na qualidade de vida do paciente e de prevenir complicações, como a perda da visão. No entanto, este é um processo longo que pode durar décadas, até que a doença

"Além disso, existem doenças raras relacionadas diretamente aos olhos, como distrofias da retina, alguns tipos de câncer e alterações genéticas."

seja corretamente identificada, pois, muitas vezes, exige a realização de exames com um alto custo.

Apesar de, com frequência, as queixas em relação às manifestações oculares serem aparentemente comuns, o médico oftalmologista pode realizar uma avaliação completa, incluindo a análise do histórico de saúde do paciente, que, dessa forma, contribua com o diagnóstico da doença rara.

Tratando doenças raras

Ainda que não haja cura para muitas dessas doenças, a tecnologia na Oftalmologia evoluiu muito e os avanços seguem se tornando realidade dia após dia. Dessa forma, hoje, já é possível tratar alguns tipos de câncer e manifestações inflamatórias que atingem os olhos. Para as doenças de origem genética, existem estudos em andamento que, no futuro, podem favorecer esses pacientes.



Chegou o outono: conheça as doenças oculares mais comuns na estação



Baixa umidade do ar, menor ocorrência de chuvas, mudanças bruscas da temperatura. Chegou o outono! As características típicas dessa estação favorecem o aumento dos casos de doenças oculares, pois os olhos tendem a ficar menos lubrificados, mais expostos à poluição e, conseqüentemente, mais suscetíveis a alergias e infecções.

"As características típicas dessa estação favorecem o aumento dos casos de doenças oculares (...)."

Saiba mais sobre essas doenças.

Síndrome do olho seco

A função da lágrima é lubrificar, limpar e proteger os olhos das agressões externas. Quando ocorre alguma anormalidade relacionada à sua quantidade ou qualidade, o quadro é chamado de síndrome do olho seco. A principal característica é o ressecamento da superfície ocular, causando sintomas como vermelhidão, coceira, ardência, sensação de corpo estranho e maior sensibilidade à luz.

Alergia ocular

Uma reação alérgica ocorre devido à resposta exagerada do sistema imunológico a uma determinada substância, que chamamos de alérgeno. A alergia ocular ocorre quando essa manifestação afeta a região dos olhos e ela pode acontecer por diversos fatores, como poeira, fumaça, medicamentos, produtos cosméticos, etc. Os principais sintomas são vermelhidão, inchaço, coceira, ardência, lacrimejamento e maior sensibilidade à luz.

Conjuntivite

A conjuntivite é mais um problema bastante comum no outono. Trata-se da inflamação da conjuntiva, membrana mucosa que reveste a parte



interna da pálpebra, a superfície da córnea e a esclera. Os principais tipos de conjuntivite incluem causas bacterianas, virais e alérgicas. Somente o médico oftalmologista pode identificar corretamente o agente causador do problema e, assim, prescrever o tratamento adequado. Os sintomas mais comuns são vermelhidão, coceira, lacrimejamento, secreção, inchaço e alterações na visão.

Apesar do aumento de casos, você pode adotar medidas de prevenção, como lavar as mãos com frequência e evitar levá-las aos olhos, não compartilhar objetos pessoais, como maquiagens, toalhas e colírios, evitar o acúmulo de poeira e, claro, visitar o médico oftalmologista regularmente.

Máximo
conforto¹
para o dia a dia

optive[®]

Sua atenção
muda um olhar

Alívio rápido dos sintomas
relacionados a irritação
ocular e olho seco¹



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

Conheça aqui a farmácia
associada mais próxima:



viver.allergan.com.br
farmacias_praedificadas



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 assisted in-situ keratomileusis). OPTIVE[®]/MS -80143600086. OPTIVE[®] UD/MS -80143600093.

Cuidados com a visão e segurança no trânsito: qual é a relação?

Enxergar com clareza é um dos pré-requisitos mais importantes na hora de dirigir. Não é por menos que, tanto para obter, quanto para renovar a Carteira Nacional de Habilitação (CNH), a avaliação oftalmológica é parte obrigatória do processo. O exame é realizado em clínicas conveniadas ao DETRAN e pode identificar limitações que comprometem a condução de veículos automotores. Motoristas com danos relacionados à visão, sem a correção adequada, enfrentam dificuldades para realizar manobras, como ultrapassagens, e para visualizar a sinalização, pedestres e outras situações de risco, aumentando as chances de acidentes de trânsito. Assim, não há dúvidas: boa visão e segurança no trânsito têm tudo a ver!



Atualmente, no Brasil, 20,7 milhões de motoristas e motociclistas possuem restrição de código A, que representa a necessidade do uso de lentes corretivas. Nesse caso, dirigir ou pilotar sem óculos ou lentes de contato é infração gravíssima, com acúmulo de 7 pontos na CNH, penalidade multa e retenção do veículo até o saneamento da irregularidade ou apresentação de condutor habilitado, como medida administrativa. Essa é uma forma de promover um trânsito mais seguro para outros motoristas, passageiros e pedestres, uma vez que cerca de 1,6 mil acidentes registrados em rodovias brasileiras, entre 2016 e 2019, foram causados por questões relacionadas ao comprometimento da saúde visual, de acordo com dados da Polícia Rodoviária Federal (PRF), analisados pela Associação Brasileira de Medicina de Tráfego (Abramet).

A importância do exame oftalmológico

O exame de aptidão física e mental, incluindo a avaliação oftalmológica, é obrigatório para quem deseja obter ou renovar a CNH. Contudo, visitar o médico oftalmologista regularmente, e não só nestes momentos, é de extrema importância. O ideal é que a consulta seja realizada, ao menos, uma vez por ano, pois, dessa forma, é possível



"O exame de aptidão física e mental, incluindo a avaliação oftalmológica, é obrigatório para quem deseja obter ou renovar a CNH."

identificar possíveis alterações e tratar precocemente, prevenindo complicações, inclusive as mais graves, como perda da visão. Além disso, é no momento da consulta que pode ser realizado um novo exame de refração, para definir se há a necessidade de ajustar o grau dos óculos, a fim de garantir a melhor acuidade visual possível.

Óculos especiais para cada situação

Os óculos com lentes escuras constituem uma excelente opção, especialmente ao dirigir sob o sol, pois além de proporcionar uma visão mais nítida em situações com muita luz, eles ainda protegem dos raios ultravioletas. Além deles, existem óculos com lentes coloridas, que auxiliam na visão de contrastes, no ofuscamento e proporcionam maior conforto visual.

- **Lentes amarelas:** melhora a qualidade da visão em locais com pouca luz e reduz o ofuscamento.
- **Lentes cinzas:** ideal para situações com excesso de claridade solar.
- **Lentes verdes:** auxilia a visão em condições com luminosidade moderada.
- **Lentes laranjas:** melhora o contraste, tanto em dias ensolarados, como durante a noite.

Mas, lembre-se: antes de optar pelo uso de óculos especiais, é importante conversar com o médico oftalmologista.

Itens de segurança obrigatórios

Localizado na parte posterior do carro, próximo ao teto, o quebra-sol é o equipamento de segurança obrigatório que cobre parcialmente o vidro dianteiro e impede a incidência direta da luz solar sobre os olhos do motorista, garantindo melhor visibilidade. Para motociclistas, usar capacete de segurança com viseira ou óculos de proteção, além de obrigatório, é a melhor forma de proteger a região dos olhos de traumas e outros acidentes.

Estar com a visão em dia é fundamental para dirigir com segurança. Ao notar incômodos ou dificuldades para enxergar com clareza, consulte um médico oftalmologista. Assim, você ajuda a promover um trânsito mais seguro.



26 DE MAIO

DIA NACIONAL DE COMBATE AO GLAUCOMA

A Genom Oftalmologia, com sua extensa linha de produtos para o tratamento do glaucoma, contribui para combater essa doença silenciosa que é a principal causa da cegueira irreversível no Brasil.¹

Não deixe que o
Glaucoma limite a visão

GENOM
apoia o combate ao
GLAUCOMA

O glaucoma não tem cura, mas tem **tratamento**. Com diagnóstico precoce e controle da progressão da doença, é possível evitar a cegueira.



0800 011 15 59
A dose certa da
INFORMAÇÃO



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

1. Guedes VMP, Freitas SM et al. Utility values for glaucoma in Brazil and their correlation with visual function Clin Ophthalmol, 2014; 8:529-35.

A saúde ocular da mulher: o que você precisa saber

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), duas a cada três pessoas cegas no mundo são mulheres. Em números absolutos, isso representa aproximadamente 27 milhões de deficientes visuais totais. Entre as razões apontadas pela OMS para o problema constam questões socioeconômicas, como as diferenças educacionais — muitas não têm informações sobre a cirurgia de catarata, por exemplo — e a disparidade financeira — que dificulta a aquisição de medicamentos, lentes e óculos; e o acesso a unidades de saúde, muitas vezes distantes do local de residência.

As doenças oculares que afetam desproporcionalmente mais mulheres do que homens são variadas. Alguns exemplos são a Degeneração Macular Relacionada à Idade (DMRI), retinopatia diabética, olho seco, glaucoma, catarata, doenças neuroftalmológicas, doenças oculares inflamatórias e as relacionadas ao fluxo sanguíneo na região dos olhos. As causas básicas para essa maior suscetibilidade feminina ainda são pouco conhecidas. No entanto, a interação

complexa entre hormônios sexuais, genética, fatores ambientais e o sistema imunológico está relacionada à incidência de doenças sistêmicas que podem trazer danos severos à visão, como a esclerose múltipla, doenças reumáticas, hipertensão e diabetes.



Como as mulheres têm maiores taxas de doenças autoimunes, como lúpus, artrite reumatoide e esclerose múltipla, é importante ressaltar que essas patologias podem levar à cegueira. Da mesma forma, as complicações do diabetes e da hipertensão podem acarretar doenças oculares, como retinopatia diabética e retinopatia hipertensiva, que comprometem a parede dos vasos sanguíneos da retina, região conhecida como fundo de olho. A retinopatia diabética pode provocar a perda da visão e a hipertensiva causa desde inchaço do nervo óptico até descolamentos de retina.

Os cuidados das gestantes devem ser redobrados. Assim como outras regiões do organismo, os olhos sofrem influência da gravidez. No período, podem ser relativamente comuns visão embaçada, olho seco, reações a lentes de contato e aumento de grau de problemas refrativos preexistentes, como miopia, presbiopia, astigmatismo e hipermetropia. A pré-eclampsia e o diabetes gestacional também podem acarretar em perdas graves de visão. O quadro geralmente regride logo após o parto, mas existe a possibilidade de sequelas.

Devido às intensas alterações hormonais, a mulher deve intensificar sua atenção à saúde ocular na menopausa. Além dos sintomas mais comuns, como as ondas de calor, insônia, mudanças de humor e diminuição da libido, também podem

"Devido às intensas alterações hormonais, a mulher deve intensificar sua atenção à saúde ocular na menopausa."

ocorrer Síndrome do Olho Seco, sensibilidade à luz, coceira nos olhos e visão nebulosa. Assim como, presbiopia, glaucoma e catarata podem se desenvolver nesta fase.

O aumento da expectativa de vida da mulher (79,9 anos, segundo dados do IBGE) é outro fator que também tem influenciado no surgimento de doenças oculares, como a Degeneração Macular Relacionada à Idade (DMRI), que torna-se mais comuns após a menopausa.

Independentemente do momento da vida em que esteja, além das visitas regulares ao oftalmologista, a principal recomendação para a mulher preservar sua saúde ocular é manter um estilo de vida saudável: não fumar, adotar uma dieta adequada, não ingerir bebidas alcoólicas em excesso, praticar exercícios físicos, evitar situações de stress e usar óculos de sol com proteção contra a radiação ultravioleta.

+ 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

