

# Visão **em Foco**...

CBO em Revista

01 | Ano 2 | 2024

## CIÊNCIA E TECNOLOGIA

Tecnologia a favor da Medicina: cirurgia a laser garante maior segurança em procedimentos oftalmológicos

## PAPO DE CONSULTÓRIO

Dr. responde: mitos e verdades sobre prática esportiva e saúde ocular

## COMPORTAMENTO

Curar doenças oculares com suplementação alimentar: é possível?



**Visão no esporte:**  
proteja seus olhos durante a prática  
de exercícios

Ajude seus pacientes a  
terem alívio dos olhos  
ressecados com

**Systeme**<sup>TM</sup>  
HIDRATAÇÃO

# DUPLA AÇÃO DE HIDRATAÇÃO<sup>1-3</sup>

- SEM CONSERVANTES
- 2X MAIOR RETENÇÃO DE UMIDADE VS. PRODUTOS APENAS COM AH<sup>1</sup>
- ALÍVIO PROLONGADO<sup>1-3</sup>
- SUPERIORIDADE COMPROVADA DE AÇÃO REEPTELIZANTE<sup>4</sup>

ANNA, 50  
GERENTE DE PROJETO  
E MÃE DE DOIS

Recomende **Systeme<sup>TM</sup> HIDRATAÇÃO**  
Colírio lubrificante Sem Conservantes

**SYSTEME, NADA TE PARA**



Ver instruções de uso, precauções, advertências e contra indicações

**Referências:** 1. Rangarajan R, Kraybill B, Ogundele A, Ketelson H. Efeitos de uma solução de lágrima artificial de ácido hialurônico/hidroxipropil guar na proteção, recuperação e lubrificidade em modelos de epitélio da córnea. J Ocul Pharmacol Ther. 2015;31(8):491-497. 2. Davitt WF, Bloomstein M, Christensen M, Martin AE. Eficácia em pacientes com olho seco após tratamento com uma nova formulação de colírio lubrificante. J Ocul Pharmacol Ther. 2010;26(4):347-353. 3. Rolando M, Autori S, Badino F, Barabino S. Protegendo a superfície ocular e melhorando a qualidade de vida de pacientes com olho seco: um estudo da eficácia de um lubrificante ocular contendo HP-guar em uma população de pacientes com olho seco. J Ocul Pharmacol Ther. 2009;25(3):271-278. 4. Ogundele A, Kao W, Carlson E. Impacto do ácido hialurônico contendo produtos lacrimais artificiais na reepitelização em um modelo de ferida corneana in vivo. Pôster apresentado em: 8<sup>a</sup> Conferência Internacional sobre Filme Lacrimal e Superfície Ocular; 7 a 10 de setembro de 2016; Montpellier, França.

Systeme<sup>®</sup> Hidratação sem conservantes n<sup>o</sup> 81869420140

©2023 Alcon Inc. BR-SYY-2300021 SET/2023

[myalcon.com/br/professional](http://myalcon.com/br/professional)

**Alcon**

**Luisa Moreira Hopker**

Editora

A prática de esportes é, sem dúvida alguma, uma das atividades que mais colaboram com a saúde das pessoas. Nossa visão também usufrui deste legado.

Porém, alguns cuidados devem ser tomados para evitarmos acidentes oculares. A correção dos erros refrativos (necessidade de óculos ou lentes de contato) pode melhorar a performance dos atletas. E os dispositivos para essa correção óptica devem ser apropriados para cada atividade desportiva.

O Conselho Brasileiro de Oftalmologia (CBO) alerta que as pessoas interessadas em manter uma prática esportiva regular, ou mesmo as que já são atletas, precisam consultar o médico oftalmologista para entender os riscos que podem ser identificados na atividade pretendida e mesmo avaliar maneiras de lidar com erros refrativos durante o exercício. Essas correções podem melhorar a nitidez visual e implementar até o campo visual dos atletas.

Hoje temos, por exemplo, óculos especiais para prática do basquetebol e natação. Há lentes de contato mais apropriadas para outras atividades. É fundamental o

**Paulo Augusto de Arruda Mello**

Editor

conhecimento ergométrico da atividade esportiva pretendida pela pessoa. Importante também é a prevenção de acidentes oculares que podem ocorrer nas atividades desportivas. Podemos referir que exposição por tempos prolongados à luz solar, o contato com águas contaminadas e o eventual choque que podem atingir os olhos merecem atenção especial na prevenção de danos oculares.

Qualquer trauma necessita de um atendimento médico oftalmológico rápido, pois o primeiro socorro pode determinar o sucesso do tratamento.

Outro aspecto é a determinação do esporte ou atividade desportiva mais adequada para cada portador de deficiência visual. Um daltônico (deficiente para perceber as cores) não é a pessoa mais indicada para ser um juiz de futebol.

Enfim, consulte seu oftalmologista para ter o conhecimento mais correto para sua atividade esportiva.

Aqui abordamos aspectos que podem colaborar nestes temas.

Boa leitura!



# Varilux®

A marca sinônimo de satisfação e inovação em lentes progressivas há mais de 60 anos.

Conheça abaixo a ampla gama de opções e descubra qual a ideal para o seu paciente:

## LINHA INTERMEDIÁRIA

**Varilux®**  
Comfort Max

### Conforto da visão durante todo o dia.

Para pacientes em sua primeira experiência com lentes multifocais e que buscam rápida adaptação.

**Varilux®**  
Physio

### Nitidez imediata e adaptação suave em diversos ambientes.

Proporcionam transição suave e sem esforço em todas as distâncias.

**Varilux®**  
Liberty™ 3.0

### Nitidez confortável na visão de longe, perto e intermediária.

Para o seu paciente que precisa de visão nítida em todas as distâncias.

## LINHA PREMIUM

**Varilux®**  
E series™

### Visão nítida em todas as distâncias.

Adaptação extremamente fácil. A melhor solução para o equilíbrio de seu paciente em movimento.

### A primeira lente responsiva ao comportamento dos olhos.<sup>1</sup>

A primeira lente progressiva, desenvolvida por Inteligência Artificial Comportamental, que proporciona nitidez instantânea, mesmo em movimento.<sup>2</sup>

LANÇAMENTO

**Varilux®**  
XR series™

Tecnologias disponíveis para lentes Varilux®



Personalizações disponíveis



Referências 1. Responsivo ao olho definido como a consideração de dois parâmetros no design da lente progressiva: prescrição e comportamento visual.  
2. Essilor International - Lente Varilux® XR series™ - estudo em consumidores em atividades diárias - Eurosyn - 2022 - França (n=73 usuários de lentes progressivas).  
Essilor®, Varilux®, Flex Optim™, W.A.V.E™ 2.0, Xtend™, Nanoptix®, XR Motion™, Blue UV™ Filter System, Binocular Booster™, Path Optimizer™, 4D Technology™, Essilor Fit®, CVP, Eyecode, DDV® e Visioffice® são marcas registradas de Essilor International.





**Wilma Lelis Barboza**

Presidente do Conselho Brasileiro de Oftalmologia  
(Gestão 2024 – 2025)

## Sobre o que nos motiva

Caro(a) leitor(a),

Iniciamos nossa gestão à frente do Conselho Brasileiro de Oftalmologia em janeiro com um profundo compromisso com a realização de ações que levem mais conhecimento à população e que, com isso, as pessoas estejam mais informadas e preparadas para decidir e buscar atendimento e cuidar da sua saúde ocular.

Falei sobre o Conselho Brasileiro de Oftalmologia e considero importante que você saiba um pouco sobre nós. Somos uma associação que reúne médicos oftalmologistas. São mais de 80 anos de existência e trabalho com o foco em capacitar jovens médicos para chegarem à especialização, como médicos oftalmologistas, e a oferecer àqueles que já são especialistas

formas de se manterem atualizados com os avanços técnicos e tecnológicos de uma especialidade médica em constante evolução. Também temos papel importante e buscamos sempre participar de todo e qualquer trabalho que envolva a definição de políticas públicas de saúde ocular, já que acesso aos diagnósticos e aos tratamentos são fundamentais.

Repare como esse trabalho é importante: você informado e atento aos cuidados com esse bem tão preciso, que é a visão, e dispondo de profissionais médicos capacitados para identificar, orientar e tratar, no tempo certo, com os recursos adequados, para que sua visão seja preservada. Trabalhamos para que brasileiros desfrutem, o mais plenamente possível e durante toda sua vida, das maravilhas que a visão representa, e nada pode ser mais motivador do que isso.



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 2024/2025

Wilma Lelis Barboza  
Presidente - Taubaté – SP

Newton Andrade Júnior  
Vice-Presidente - Fortaleza – CE

Maria Auxiliadora Monteiro Frazão  
Secretária-Geral - São Paulo – SP

Lisandro Massanori Sakata  
1ª Secretário - Curitiba – PR

Frederico Valadares de Souza Pena  
Tesoureiro - Niterói – RJ

### Editores

Paulo Augusto de Arruda Melo  
Luísa Moreira Hopker

### Produzido por

Selles Comunicação

### Coordenação Editorial

Alice Selles

### Projeto Gráfico

Douglas Almeida

### Diagramação

Carlos Ramon

### Jornalista Responsável

Rafaela Carrilho

### Redação

Eliandra Bussinger  
Nicolle Martins

## ÍNDICE

08



### CIÊNCIA E TECNOLOGIA

Tecnologia a favor da Medicina: cirurgia a laser garante maior segurança em procedimentos oftalmológicos

10



### COMPORTEMENTO

Curar doenças oculares com suplementação alimentar: é possível?

12



### IDIOMA DO ESPECIALISTA

Como prevenir acidentes oftalmológicos durante a prática esportiva?

14



### LINHA DIRETA

Ambliopia: o que acontece se a criança não seguir corretamente o tratamento?

17



### OLHANDO DE PERTO

Como os principais problemas oculares afetam a visão?

22



### COM FOCO

Procedimento pioneiro de transplante ocular de olho inteiro em uma pessoa viva é feito com sucesso nos EUA

25



### PAPO DE CONSULTÓRIO

Dr. responde: mitos e verdades sobre prática esportiva e saúde ocular

28



### PREVENIR É MELHOR

Pomadas modeladoras x complicações oculares: entenda a relação e os riscos

30



### VIDA E VISÃO

Inclusão: prática de esportes e deficiência visual



# Tecnologia a favor da Medicina:

## cirurgia a laser garante maior segurança em procedimentos oftalmológicos

A utilização de técnicas a laser revolucionou a Oftalmologia, permitindo que cirurgias oculares, que requerem precisão milimétrica, sejam realizadas com maior segurança e eficácia

A tecnologia avança a passos largos na Medicina. Com o surgimento da técnica de cirurgia a laser, a Oftalmologia é amplamente beneficiada. Usada de forma pioneira pela especialidade, a primeira aplicação

prática de lasers foi introduzida pela médica oftalmologista Aron-Rosa no início dos anos 80. A técnica está em constante evolução, possibilitando aplicações diagnósticas e terapêuticas cada vez mais precisas.

### **Blefaroplastia a laser**

A blefaroplastia é um procedimento, com finalidade tanto estética quanto reparadora, que consiste na



remoção do excesso de pele das pálpebras, permitindo um olhar mais expressivo e aparência jovial.

A primeira blefaroplastia a laser foi realizada em 1980, mas só na década de 1990, com o surgimento de um novo laser de CO<sub>2</sub> de alta energia ultrapulsada, o procedimento passou a despertar o interesse da população. A blefaroplastia a laser pode ser realizada com anestesia local e o procedimento tem grandes chances de sucesso, com cicatrizes que se confundem com as linhas da pálpebra e se tornam pouco perceptíveis.

### Laser no tratamento da triquíase

Triquíase é uma alteração no crescimento dos cílios, que passam a crescer com desvio para dentro do globo ocular. Pode ser classificada de acordo com a quantidade de cílios mal direcionados. O tratamento a laser consiste na cauterização da raiz dos folículos doentes, removendo definitivamente os cílios mal posicionados.

### Cirurgia de glaucoma a laser

Glaucoma é uma doença ocular crônica que provoca lesão no nervo óptico e alterações no campo visual. Na maioria dos casos, o surgimento desta doença é acompanhado do aumento da pressão intraocular. Um dos tratamentos consiste na utilização do laser para realizar pequenas queimaduras na rede trabecular e estimular o funcionamento do sistema de drenagem

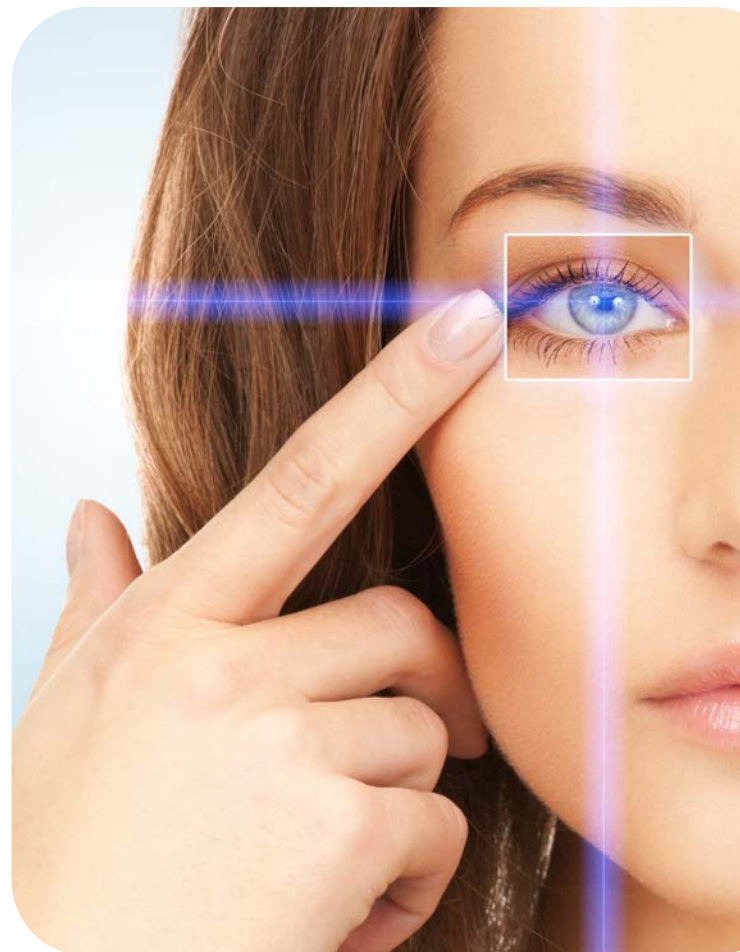
“Glaucoma é uma doença ocular crônica que provoca lesão no nervo óptico e alterações no campo visual. Na maioria dos casos, o surgimento desta doença é acompanhado do aumento da pressão intraocular.”

(Trabeculoplastia). Outra forma é a de promover uma comunicação entre dois espaços no interior do olho evitando um glaucoma agudo (Iridotomia). Há ainda a possibilidade de promover com laser a diminuição da produção do humor aquoso, reduzindo a pressão intraocular (Ciclofotocoagulação).

### Cirurgia refrativa a laser

A cirurgia refrativa é uma alternativa ao uso de óculos de grau e lentes de contato. É indicada para pacientes com erros refrativos, como miopia, hipermetropia e astigmatismo. O procedimento consiste na utilização do laser para melhorar o estado refracional dos olhos.

**Lembre-se:** As técnicas de tratamento evoluem, mas nada substitui a necessidade da consulta com um médico oftalmologista capacitado e atualizado. Somente este profissional é apto para avaliar individualmente cada caso e identificar a técnica mais indicada para cada paciente.





## Curar doenças oculares com suplementação alimentar: é possível?

As propagandas de suplementos alimentares que alegam tratar doenças oculares como catarata, glaucoma e degeneração macular estão cada vez mais presentes na internet e em outros meios de comunicação. A promessa de cura e tratamento motiva o paciente a consumir – mesmo que não existam evidências científicas sobre os produtos – e, com isso, a saúde ocular fica em risco. A prática não é novidade para o Conselho Brasileiro de Oftalmologia (CBO), que tem monitorado e denunciado a fabricação, distribuição, venda e promoção desses suplementos alimentares.

Um dos pontos levantados pela entidade é que se tratam de propagandas enganosas que estimulam a

negligência ao acompanhamento oftalmológico correto, além de oferecer potenciais efeitos colaterais. A questão é que, mesmo que os suplementos sejam comercializados como fontes de nutrientes e outras substâncias bioativas, o CBO alerta que não são comprovados junto à Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) e não tem suas finalidades terapêuticas validadas.

Recentemente, as denúncias do Conselho tiveram efeito e uma série de produtos que eram comercializados como capazes de tratar patologias oftalmológicas tiveram a venda proibida. O resultado evidencia como um produto aparentemente inocente pode ameaçar o bem-estar coletivo e a saúde dos

pacientes – que recorrem à suplementação na ilusão de serem curados. Apesar da esperança, não há promessas milagrosas: a melhor forma de tratar a visão é com o acompanhamento e orientação do oftalmologista, que é o único profissional capacitado para diagnosticar e tratar esses casos.

Além da consulta frequente ao oftalmologista para prevenir e diagnosticar precocemente as doenças oculares, a entidade também reforça o papel dos hábitos saudáveis para o cuidado com os olhos.

## Hábitos do dia a dia que fazem a diferença:

- Praticar exercícios físicos regularmente;
- Priorizar uma alimentação balanceada e rica em nutrientes;
- Evitar o consumo excessivo de álcool, cigarro e comidas ultraprocessadas;
- Somente utilizar medicamentos com recomendação do oftalmologista.

“Apesar da esperança, não há promessas milagrosas: a melhor forma de tratar a visão é com o acompanhamento e orientação do oftalmologista, que é o único profissional capacitado para diagnosticar e tratar esses casos.”





# Como prevenir acidentes oftalmológicos durante a prática esportiva?

A prática de atividades físicas é aliada a uma vida saudável, mas é preciso tomar cuidados específicos para não prejudicar a saúde ocular

Cada vez mais, a busca por uma vida saudável se torna uma prioridade. A prática de exercícios físicos se mostra como uma escolha assertiva para o bem-estar físico e mental. No entanto, é preciso adotar medidas de segurança para que as atividades esportivas não representem um risco para os olhos.

Os esportes, apesar de parecerem inofensivos, ocupam o quarto lugar no ranking de causas de lesões oculares. Entre as atividades mais perigosas, encontram-se aquelas com utilização de bolas ou maior contato físico, como o futebol. Por isso, o cuidado e a prevenção devem ser amplos.

“Por isso, o cuidado e a prevenção devem ser amplos.”

### Cuidado com os óculos de grau

Para atletas que usam óculos de grau, existem lentes de materiais específicos como o policarbonato que são muito resistentes bem como armações próprias para atividades esportivas. Por isso, há modelos de armações e lentes específicos para a prática de atividades físicas, com materiais leves, flexíveis e seguros. Outra opção para aumentar a segurança é o uso de lentes de contato, mas lembre-se que devem ser prescritas pelo médico oftalmologista.

### Cuidado com o sol

Provavelmente, você já deve ter ouvido que a exposição direta dos olhos ao sol é prejudicial. De fato, o sol pode trazer problemas temporários e permanentes à saúde ocular. O tipo e a gravidade dos danos dependem do tempo de exposição direta aos raios solares. Por isso, ao se exercitar ao ar livre, é necessário proteger os olhos contra os raios ultravioletas, inclusive nos dias nublados. Escolha óculos escuros de qualidade e aproveite o contato com a natureza!

### Cuidados no mar e na piscina

Durante a prática de esportes aquáticos, também é necessário adotar cuidados especiais, não abra mão do uso de óculos de natação. Assim, os olhos estarão protegidos contra o cloro, o sal e a areia. Expor os olhos à

água, mesmo que limpa, remove o filme lacrimal, que é o mecanismo de defesa dos olhos. Aos usuários de lentes de contato, recomenda-se que sejam retiradas para nadar ou, caso prefiram, que usem lentes descartáveis junto aos óculos de natação.

### Para aumentar a segurança durante a prática de atividades físicas, adote algumas medidas de segurança:

- Mantenha uma toalha limpa por perto para secar o suor e evitar que escorra para os olhos;
- Não encoste nos olhos com as mãos sujas;
- Não coce os olhos;
- Mantenha as unhas limpas e curtas para prevenir que acidentalmente perfurem os seus olhos ou os de outras pessoas;
- Use equipamentos de proteção.

Em muitos casos, os acidentes oculares podem ser prevenidos. Independentemente da sua modalidade esportiva, você deve praticá-la com segurança. Se por alguma eventualidade, ocorrer um trauma ou acidente ocular, procure imediatamente um médico oftalmologista.





## **Ambliopia:** o que acontece se a criança não seguir corretamente o tratamento?

Responsável pela maior causa de cegueira monocular – de apenas um olho – na infância, a ambliopia (ou olho preguiçoso) causa uma supressão do desenvolvimento da visão durante a fase do desenvolvimento visual. Trata-se de uma doença caracterizada pela baixa da acuidade visual causada por alterações que prejudicam o desenvolvimento correto da visão como erros refrativos desiguais entre os olhos, estrabismo ou até alterações como a catarata congênita e atinge cerca de 2% a 3% da população infantil.

“(…) cegueira monocular – de apenas um olho – na infância, a ambliopia (ou olho preguiçoso) causa uma supressão do desenvolvimento da visão durante a fase do desenvolvimento visual”

A identificação e tratamento precoces, idealmente até os 3 anos de vida são fundamentais para corrigir esse transtorno visual, porém o Conselho Brasileiro de Oftalmologia (CBO) enfatiza que, quando não diagnosticado no tempo certo, a ambliopia pode provocar consequências irreversíveis na visão. Por esse motivo, a entidade alerta: pais e demais responsáveis devem entender a importância de conduzir as crianças ao oftalmologista para avaliações periódicas durante os primeiros anos de vida.

A Sociedade Brasileira de Oftalmologia Pediátrica recomenda uma avaliação oftalmológica completa entre 3 e 5 anos de idade, de preferência aos 3 anos, justamente para que os fatores de podem causar ambliopia possam ser diagnosticados em tempo de trata-los.

O acompanhamento durante a fase do desenvolvimento visual possibilitará a identificação e correção de problemas refrativos e outros quadros apresentados pela criança. No caso da ambliopia, as consultas de rotina são fundamentais para o diagnóstico dado que muitas crianças com essa doença não apresentam sinal aparente de dificuldade visual, o que causa um atraso ainda maior na identificação.

A estratégia mais utilizada para tratar a doença é fazer com que a criança utilize o olho afetado pela ambliopia com o uso de tampão no olho bom para estimular a vista ruim. Se houver grau, óculos também são recomendados e se houver estrabismo, deve ser tratado. Todo o tratamento deve ser indicado e acompanhado pelo médico oftalmologista, que irá traçar os métodos mais adequados para a criança. O olhar atento do oftalmologista possibilitará maior adesão ao tratamento, de forma a tratar os

problemas oculares associados, como: estrabismo, catarata congênita e vícios de refração (miopia, hipermetropia e astigmatismo).

### Identificar para tratar: pais e educadores têm papel crucial

A rede de apoio da criança deve estar atenta para identificar os sinais de dificuldades visuais para auxiliar os pequenos. Nesse sentido, pode fazer a diferença na saúde das crianças que os pais, responsáveis e professores de escolas primárias e crianças busquem informações científicas sobre o tema. Como abordado anteriormente, o encaminhamento ao oftalmologista nos primeiros anos de vida é fundamental independente dos sinais demonstrados pela criança. Porém, ao longo do crescimento e desenvolvimento o cuidado deve continuar: além das consultas regulares, procure informação nos canais oficiais do CBO para entender melhor como preservar a saúde oftalmológica das crianças e toda a família.

“A identificação e tratamento precoces, idealmente até os 3 anos de vida são fundamentais para corrigir esse transtorno visual (...)”



MARCA DE  
LENTE DE  
CONTATO  
#1 DO  
MUNDO<sup>1</sup>

# Vá viver

Liberdade em todos  
os movimentos  
com as lentes de  
contato ACUVUE<sup>®</sup>

ASTIGMATISMO

# ACUVUE<sup>®</sup>



## CONHEÇA AS LENTES DE CONTATO ACUVUE<sup>®</sup> PARA ASTIGMATISMO

- 🕒 **CAMPO DE VISÃO AMPLO<sup>2</sup>**  
para a prática de esportes.
- 🕒 **VISÃO NÍTIDA E ESTÁVEL  
DURANTE TODO O DIA**  
mesmo com movimentos extensos  
dos olhos e da cabeça.<sup>3</sup>



Saiba mais sobre as lentes de contato  
**ACUVUE<sup>®</sup> PARA ASTIGMATISMO.**  
Escaneie aqui.

CONSULTE O SEU OFTALMOLOGISTA E PEÇA PARA EXPERIMENTAR





## Como os principais problemas oculares afetam a visão?

De acordo com dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), 2,2 bilhões de pessoas em todo o mundo têm problemas de visão, sendo que pelo menos 1 bilhão poderia ter sido evitado com tratamento adequado. O estudo 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. Aqui, falaremos sobre os principais problemas oculares e como afetam a visão.

### Catarata

A catarata é a maior causa de cegueira reversível do mundo, configurando 25.81% dos casos, cerca de 12 milhões de pessoas cegas decorrente da doença. No Brasil, estima-se que existam aproximadamente 350.000 cegos por catarata. Os dados são da Agência Internacional para a Prevenção da Cegueira (IAPB) e nos levam a um problema de toda a população: falta de acesso à saúde oftalmológica. Ocorre que parte considerável desses casos poderiam ser evitados através do diagnóstico e tratamento corretos.

A catarata é uma lesão ocular que afeta o cristalino, que é considerado a lente natural dos olhos. A doença tem evolução lenta e faz com que o cristalino se torne opaco.

Afinal, qual é a função do cristalino? O cristalino é uma lente cuja transparência permite que os raios de luz o atravessem e alcancem a retina, formando as imagens.

No início, o paciente nota a visão embaçada, como se existisse uma névoa nos olhos. Conforme a doença evolui, a dificuldade de enxergar aumenta progressivamente e a pessoa passa a enxergar apenas vultos. Por fim, sem a intervenção cirúrgica, a catarata leva à perda da visão.

### Degeneração Macular Relacionada à Idade (DMRI)

A DMRI é parte do processo natural de envelhecimento dos olhos. A doença é causada pela degeneração da mácula, estrutura responsável pela visão central. Ela se apresenta em duas formas, chamadas de “úmida” e “seca”, sendo a segunda a mais frequente e com menor probabilidade de levar à perda da visão.

Os principais sintomas da Degeneração Macular Relacionada à Idade envolvem dificuldade na leitura, visão embaçada, com pontos escuros ou espaços em branco e distorção, evoluindo para a perda progressiva da visão. Inicialmente, é comum que a doença atinja somente um dos olhos. Em países desenvolvidos, a DMRI se apresenta como a principal causa de cegueira irreversível em pessoas com mais de 50 anos de idade.

A DMRI é um dos desafios a serem enfrentados como consequência do envelhecimento da população. Nessa fase, as visitas regulares ao oftalmologista se tornam essenciais.

“Quanto maior o tempo de evolução do diabetes, maior o risco de desenvolvimento da retinopatia diabética.”

### Erros de refração

Dados da Agência Internacional para a Prevenção da Cegueira (IAPB) revelam que erros refrativos não corrigidos estão entre as principais causas de baixa visão no mundo, afetando cerca de 116 milhões de pessoas. Os erros refrativos acontecem quando a luz sofre algum desvio antes de chegar à retina. O problema é comum e pode ser corrigido com o uso de óculos de grau, lentes de contato ou por meio da cirurgia refrativa. Os principais erros refrativos são:

- **Miopia:** causada pelo formato muito comprido do globo ocular ou pela curvatura acentuada da córnea, o que faz com que os raios de luz focalizem antes da retina. Sendo assim, torna-se mais difícil enxergar objetos que estão longe.
- **Hipermetropia:** neste caso, os raios luminosos focalizam após a retina, devido ao tamanho do globo ocular, que é menor. Aqui, a dificuldade é para enxergar de perto.



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

- **Presbiopia:** também conhecida como “vista cansada”, manifesta-se normalmente após os 40 anos de idade e faz parte do envelhecimento natural dos olhos. Com o passar do tempo, o cristalino perde a elasticidade e, com isso, parte da capacidade de focar em objetos próximos.

Diagnosticar e corrigir erros refrativos é fundamental para a saúde ocular. Caso você note alguma dificuldade para enxergar, consulte um médico oftalmologista!

## Glaucoma

O glaucoma é a principal causa de cegueira irreversível do mundo. A doença afeta o nervo óptico, que é a estrutura responsável por transmitir impulsos ao cérebro, onde as informações visuais, como cores, formas e tamanhos, são interpretadas, formando a visão.

O glaucoma é considerado uma doença silenciosa, isso significa que não apresenta sintomas durante os estágios iniciais. Quando o paciente percebe alterações na

visão, geralmente os danos já são graves ou até irreversíveis. A cegueira definitiva ocorre se todo o nervo óptico for destruído.

## Principais tipos de Glaucoma:

- **Glaucoma de Ângulo Aberto:**

O glaucoma primário de ângulo aberto é a variação mais comum da doença. Nele, a evolução ocorre de maneira gradual e não há manifestação de sintomas nas fases iniciais. Portanto, geralmente é identificado em estágios mais avançados.

- **Glaucoma de Ângulo Fechado:**

Ocorre quando o sistema de drenagem é bloqueado, causando o aumento rápido e súbito da pressão intraocular. O principal sintoma é dor intensa na cabeça e no olho. Esta é considerada uma emergência oftalmológica.

- **Glaucoma Congênito:**

Engana-se quem pensa que o glaucoma afeta apenas os adultos. Este tipo da doença pode surgir até os três anos de idade ou estar presente desde o nascimento. Essa condição pode ser diagnosticada com eficiência pelo teste do olhinho.



“Quanto maior o tempo de evolução do diabetes, maior o risco de desenvolvimento da retinopatia diabética.”

- **Glaucoma Secundário:**

Nestes casos, o aumento de pressão intraocular acontece devido a outras inflamações já presentes nos olhos, como a catarata avançada, retinopatia diabética, hemorragia ou uso de determinadas medicações sem indicação e/ou acompanhamento do médico oftalmologista.

Quando se trata de glaucoma, a adesão ao tratamento é fundamental para impedir a evolução da doença e para preservar a visão.

### **Retinopatia diabética**

Provavelmente você já sabe: o diabetes pode colocar a sua visão em risco. A doença é sistêmica, ou seja, afeta várias áreas do corpo, inclusive os olhos. Quando não controlada, pode atingir a retina, causando a retinopatia diabética. A retina é a camada de células que reveste a parede interna e posterior dos olhos, que identifica a luz e transmite informações ao cérebro, formando a visão.

No Brasil, 15 milhões de pessoas têm diabetes, sendo que 6 milhões têm o diagnóstico de retinopatia diabética. Nas fases iniciais, a doença costuma ser assintomática, o que dificulta o diagnóstico precoce. A retinopatia diabética é a principal causa de cegueira irreversível em adultos, incapacitando para o trabalho pessoas na faixa etária dos 30 aos 75 anos de idade.

Com diagnóstico e tratamento oportunos, os riscos de perder a visão podem ser reduzidos em mais de 80%. Por isso, a principal medida para a prevenção da cegueira pelo diabetes é o controle adequado da glicose, com dieta balanceada e realização de atividades físicas. O acompanhamento oftalmológico de rotina é fundamental para todas as pessoas com diabetes.





## Suplementos ANTIOXIDANTES na QUANTIDADE IDEAL para o combate aos radicais livres

### EM DOSE ÚNICA DIÁRIA



Fórmulas compatíveis ao estudo Areds 2.<sup>1</sup>

#### Fórmula Única

Maior concentração de Luteína Livre (12mg) associada ao Ômega 3, contribuindo para a melhora dos processos inflamatórios e progressão da DMRI.

#### Suplemento Antioxidante

Auxilia no combate ao estresse oxidativo, protege as células contra os radicais livres e efeitos nocivos da luz azul.



Vit. B1	Vit. B2	Vit. B3	Vit. B6	Vit. B9	Vit. B12	Vit. E	Vit. C
Selênio	Cobre	Zinco					
Luteína 12mg livre	Zeaxantina 2mg livre						
ÔMEGA3 300mg	182 EPA	121 DHA					

Vit. A	Vit. B2	Vit. E	Vit. C
Selênio	Cobre	Zinco	
Luteína 10mg livre	Zeaxantina 2mg livre		



# Procedimento pioneiro de transplante ocular de olho inteiro em uma pessoa viva é feito com sucesso nos EUA

O mês de novembro de 2023 marcou um feito da Oftalmologia mundial: foi realizado o primeiro transplante de olho inteiro bem sucedido do mundo em uma pessoa viva. A cirurgia foi conduzida pela equipe do NYU Langone Health, em Nova Iorque nos Estados Unidos, e contou com mais de 180 cirurgiões durante cerca de 21 horas. Para o procedimento, foi incluído o transplante de todo o olho esquerdo e partes da face de um único doador.

“(...) primeiro transplante de olho inteiro bem sucedido do mundo em uma pessoa viva.”

Em entrevista à CNN, o diretor do Programa de Transplante Facial da NYU Langone Health, dr. Eduardo Rodriguez, pontuou que, por se tratar de um procedimento inédito, a cirurgia era um território completamente desconhecido. Ao detalhar as etapas do transplante ocular, o especialista destacou que a equipe precisou combinar o olho do doador com células-tronco adultas derivadas da medula óssea do doador, injetando as células-tronco adultas no nervo ótico durante o transplante, a fim de melhorar a regeneração nervosa.

Outra questão fundamental para a cirurgia de transplante de olho inteiro, segundo o dr. Eduardo, foi a reconexão do nervo ótico do paciente ao olho do doador. Ainda não há respostas sobre se o paciente voltará a enxergar ou não, visto que não há relatos sobre um transplante bem-sucedido desse tipo.

No entanto, a equipe médica responsável pelo procedimento destacou que se trata de um passo importante para o campo da Medicina de transplante, dado que foi uma cirurgia altamente técnica e complexa que já marca um avanço significativo na área.

Apesar da falta de certezas em relação à visão, os especialistas se mostraram esperançosos com o procedimento e enfatizaram que, se o transplante de um olho for bem-sucedido na restauração de qualquer forma de função nervosa ou sinais visuais, indicará um enorme avanço para os pacientes que sofreram perda do olho.

**\*Com informações da CNN**

“Ao detalhar as etapas do transplante ocular, o especialista destacou que a equipe precisou combinar o olho do doador com células-tronco adultas derivadas da medula óssea do doador (...)”



# L-CAPS D+

ÔMEGA 3<sup>TG</sup> + VITAMINA D

A suplementação específica para o olho seco<sup>1-6</sup>, agora **Mais completa**

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



**A suplementação do ômega 3 melhora significativamente sinais e sintomas de DOS<sup>1-6</sup>**



**Melhora** a qualidade da lágrima natural<sup>2,3</sup>



**Aumenta** a secreção da glândula lacrimal<sup>2,4</sup>



**Restaura** a camada lipídica do filme lacrimal e retarda sua evaporação<sup>3,4</sup>



**Previne** a inflamação da superfície ocular<sup>3,5,6</sup>

Alta concentração de **Ômega 3 DHA**

**Isento** de metais pesados

Certificação de Qualidade (**IFOS**)



**Forma TG** com alta absorção

Com **Vitamina E**

Adição de **riboflavina**

**Vitamina D** (800 UI)

**Odor Free\***

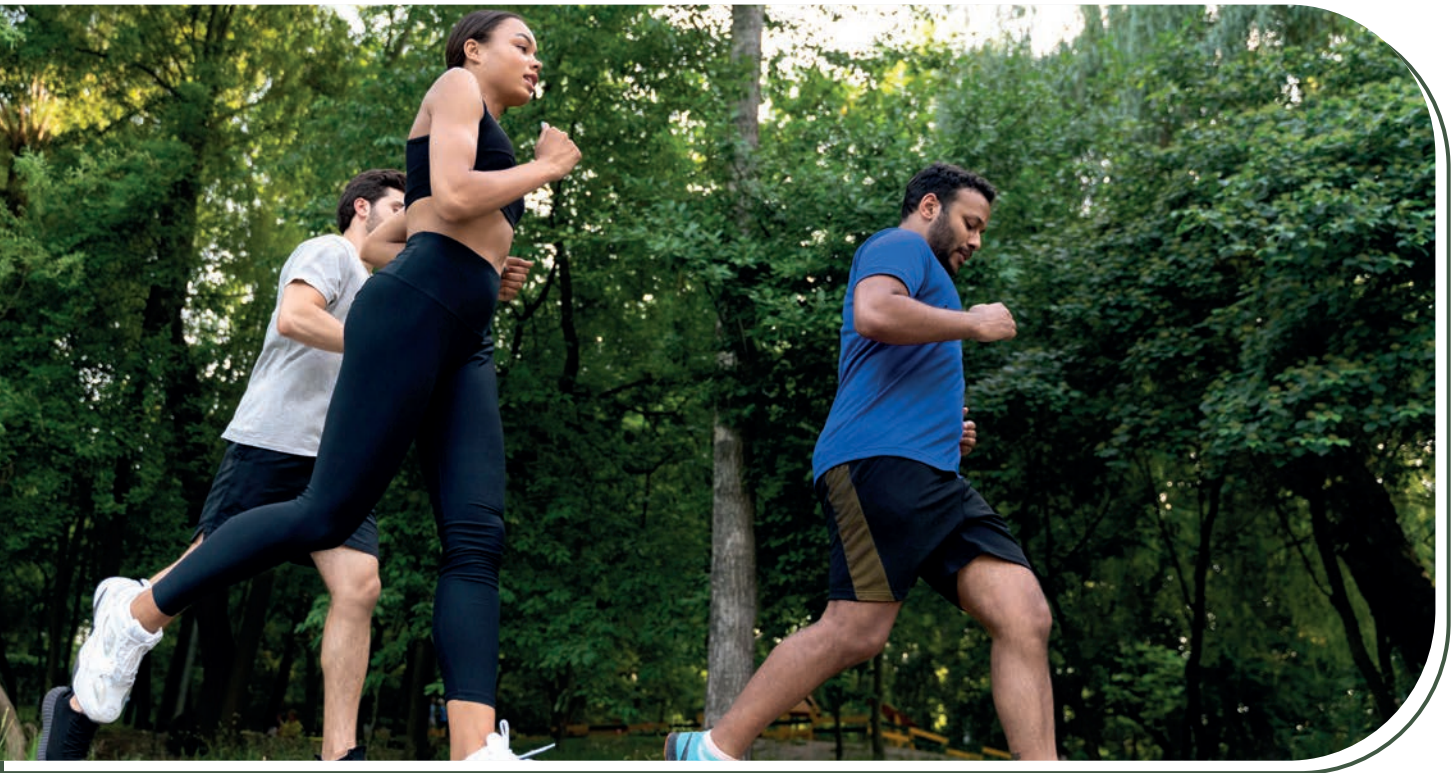
Referências: 1. Giannaccare G et al. Efficacy of omega-3 fatty acid supplementation for treatment of Dry Eye Disease: A meta-analysis of randomized clinical trials. *Cornea* 2019;38(5):565-73. 2. Roncone M et al. Essential fatty acids for dry eye: A review. *Cont Lens Anterior Eye* 2010;33(2):49-54. 3. 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;10:313-20. 4. 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. 5. Kanaqari H et al. Short-term consumption of oral omega-3 and Dry Eye Syndrome. *Ophthalmol* 2013;120:2191-6. 6. Chiaradia PA et al. Hot topics in Dry Eye Disease. *Curr Pharmaceut Design* 2017;23:1-17. L-Caps D+: Dispensado de Registro – Res. Anvisa n° 240/2016. \*Tecnologia de encapsulamento, que garante uma maior estabilidade dos componentes e vedação da cápsula.

 0800 011 15 59  
A dose certa da  
INFORMAÇÃO

 GENOM  
OFTALMOLOGIA

GRUPO  União Química  
farmacêutica nacional S/A





## Dr. responde: mitos e verdades sobre prática esportiva e saúde ocular

É fato que os olhos são amplamente beneficiados com a prática de atividades físicas. Quando o assunto é saúde ocular e esportes, você sabe o que é fato ou fake?

**Crianças com problemas oculares podem praticar atividades físicas?**

Não só podem, como devem. Nas crianças, a prática de esportes favorece a coordenação motora, a comunicação e o trabalho em equipe. Crianças saudáveis e ativas, provavelmente serão adultos com bons hábitos. Além da questão da saúde física, o tempo de atividades

“Não só podem, como devem. Nas crianças, a prática de esportes favorece a coordenação motora, a comunicação e o trabalho em equipe.”

ao ar livre comprovadamente reduz a chance de uma criança desenvolver miopia ou de os míopes terem progressão do seu grau. Caso a sua criança tenha algum problema de saúde que contraindique a prática esportiva, o médico pediatra deve orientar a família.

**Eu me submeti a uma cirurgia oftalmológica, posso praticar atividades físicas em seguida?**

O sucesso dos procedimentos oftalmológicos depende tanto de um bom pós-operatório quanto da cirurgia em si. Por isso, é preciso respeitar o tempo de repouso estipulado pelo seu médico oftalmologista.

**Posso usar lentes de contato para praticar exercícios físicos?**

As lentes de contato são uma ótima opção para a prática de atividades físicas, já que promovem maior independência e liberdade de movimentos

**Posso abrir mão do uso de óculos de natação?**

O uso de acessórios de proteção são fundamentais durante a prática esportiva. Assim como um esgrimista, por segurança, não pode praticar o esporte sem o traje adequado, um nadador também não deve abrir mão do uso de óculos de natação.



**Ter uma visão saudável ajuda na alta performance esportiva?**

A visão permite ao atleta determinar como, quando e de que maneira uma ação de defesa, ataque, de avançar ou recuar, deve ser realizada. Ela direciona os músculos do corpo para responder a uma demanda de ação ou reação. Fornece ao atleta informações sobre onde e quando executar um movimento.

“A visão permite ao atleta determinar como, quando e de que maneira uma ação de defesa, ataque, de avançar ou recuar, deve ser realizada.”

# Chegou!<sup>1,2</sup>

## LINHA SEM CONSERVANTES LATINOFARMA

Lançamento

# Lunera

carmelose sódica 5mg/mL  
glicerol 9mg/mL  
+hialuronato de sódio

# Lunah<sup>®</sup>

hialuronato de sódio

Duas concentrações



Podem ser utilizados  
com lentes de contato.<sup>3,4</sup>



Ácido hialurônico de  
alto peso molecular.<sup>5</sup>

Referências bibliográficas: 1. Diário oficial da União – Seção 1, Nº 142, segunda-feira, 27 de julho de 2020. ISSN 1677-7042. 2. Diário oficial da União – Seção 1, Nº 26, segunda-feira, 7 de fevereiro de 2022. ISSN 1677-7042. 3. Lunera – Instrução de Uso 4. Lunah – Bula do medicamento. 5. Especificação da matéria-prima.

**LUNERA** - Solução oftálmica estéil sem conservantes. **INDICAÇÕES:** Lunera é indicado como lubrificante e hidratante para melhorar a irritação, ardor, vermelhidão e secura ocular, que podem ser causados pela exposição ao vento, sol, calor, ar seco e também como protetor contra as irritações oculares. Pode ser usado durante o uso de lentes de contato. **CONTRAINDICAÇÕES:** Este produto é contraindicado para pacientes que apresentem alergia a qualquer um dos componentes da formulação. **COMPOSIÇÃO:** carmelose sódica, glicerol, hialuronato de sódio, ácido bórico, borato de sódio decaidratado, citrato de sódio di-hidratado, cloreto de cálcio di-hidratado, cloreto de magnésio hexa hidratado, cloreto de potássio, cloreto de sódio, ácido clorídrico, hidróxido de sódio e água para injetáveis. Registro Anvisa nº 80021290015. SAC: 0800-7011918.

**CONTRAINDICAÇÕES:** ESTE PRODUTO É CONTRAINDICADO PARA PACIENTES QUE APRESENTEM ALERGIA A QUALQUER UM DOS COMPONENTES DA FORMULAÇÃO.

**LUNAH (hialuronato de sódio)** Solução oftálmica estéil 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.**

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

# SE PERSISTIREM OS SINTOMAS, O MÉDICO DEVERÁ SER CONSULTADO.

Cód.: LTF0061 | Mar/Abr 2023



**LATINOFARMA**  
Uma divisão do Grupo Cristália



## Pomadas modeladoras x complicações oculares: entenda a relação e os riscos

Somente no Rio de Janeiro, mais de 180 pessoas procuraram assistência oftalmológica com cegueira temporária, irritação e sensação de queimadura nos olhos após o uso de pomadas modeladoras capilares, em dezembro de 2023. O problema, no entanto, não se restringe aos cariocas e tem sido observado em todo o Brasil. A questão mobilizou o Conselho Brasileiro de Oftalmologia (CBO), que emitiu uma nota em janeiro de 2024 alertando sobre os riscos de produtos com fórmulas que contam com metilcloroisotiazolinona (MCI) e metilsotiazolinona (MI) – compostos químicos frequentemente presentes nesses cosméticos.

“(...) mais de 180 pessoas procuraram assistência oftalmológica com cegueira temporária, irritação e sensação de queimadura nos olhos após o uso de pomadas modeladoras capilares, em dezembro de 2023.”

Com as festas de fim de ano e o carnaval, a procura por penteados e tranças no cabelo aumenta e a atenção para essas pomadas modeladoras e fixadoras deve ser redobrada. O CBO explica que os conservantes MCI e MI são tóxicos à pele e mucosas e podem causar alergias e queimaduras nos olhos e na pele. Blefarites, conjuntivites, ceratites e comprometimento grave da visão são alguns dos efeitos que esses compostos químicos podem provocar.

### Como prevenir?

- A principal orientação da entidade para os consumidores é a consulta atenta ao rótulo dos cosméticos. Além disso, durante o uso, deve-se evitar a aplicação nas proximidades e evitar completamente a possibilidade de o produto escorrer para os olhos quando em contato com a água ou suor.
- Outra questão importante a ser adotada pela população é se informar sobre quais produtos não representam riscos. A principal fonte para esse dado são os canais oficiais da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa).
- Se, mesmo com esses cuidados, o consumidor apresentar reações alérgicas deve-se lavar imediatamente os olhos e as áreas afetadas com soro fisiológico e procurar atendimento médico com urgência com oftalmologista.

“O CBO explica que os conservantes MCI e MI são tóxicos à pele e mucosas e podem causar alergias e queimaduras nos olhos e na pele.”





# Inclusão: prática de esportes e deficiência visual

A deficiência visual não é um impeditivo para a prática de atividades físicas, sejam elas esportes competitivos, um hobby ou uma ferramenta para melhorar a qualidade de vida.

Seja na escola, durante a disciplina de educação física, em competições paralímpicas ou na corrida matinal. O esporte é um meio de inclusão social e deve ser acessível a todos. A prática esportiva vai muito além do mero exercício físico, é um meio de inclusão, acessibilidade e autonomia.

A evolução do esporte adaptado para pessoas com deficiência visual é um grande marco social. As Paraolimpíadas têm sido uma vitrine global para o talento e a dedicação dos atletas com deficiência. Atualmente, há diversas modalidades praticadas por pessoas cegas ou com baixa visão. São elas:

**Atletismo** – o paratleta pode ser auxiliado por um atleta-guia e cordão de ligação, de acordo com o grau de deficiência que possui;

**Ciclismo** – a bicicleta adaptada, que se chama Tandem, possui dois assentos: o atleta com a deficiência visual pedala no banco de trás enquanto o ciclista da frente, que possui a visão perfeita, pilota;

**Futebol de 5** – a versão do nosso esporte mais popular é disputada em uma quadra de tamanho semelhante à de futsal, porém com barreiras laterais para que a bola não saia. A bola possui guizos internos e um guia “chamador” orienta o time de trás do gol. O goleiro é o único jogador sem deficiência visual e os jogadores de linha usam vendas para igualar a competição entre os diferentes graus de deficiência. Além disto, o ambiente deve ser silencioso e sem eco

e a torcida só pode se manifestar quando ocorre um gol, para o atleta ouvir o guizo;

**Goalball** – diferente das modalidades adaptadas, o goalball é um esporte desenvolvido especificamente para os atletas com deficiência visual. É jogado em quadra de tamanho semelhante à de vôlei, porém com piso tátil. Seu objetivo é balançar a rede do adversário com arremessos rasteiros na direção do gol, que tem 9 m de largura e 1,30 m de altura. A exemplo do futebol de 5, a bola possui guizos e a arena precisa estar silenciosa durante o tempo de jogo;

**Hipismo** – nos Jogos Paralímpicos, a disputa é restrita à modalidade adestramento e atletas cegos contam com sinalizações sonoras para a sua orientação;

**Judô** – disputado com praticamente as mesmas regras do judô tradicional. A principal diferença é que os atletas já começam a luta com contato no quimono do adversário e o combate é interrompido sempre que este contato se perde;

**Natação** – os atletas são avisados das viradas e chegadas pelo tapper, um bastão com ponta de espuma, quando estão próximos das bordas da piscina;

**Remo** – na versão paralímpica, não há ainda uma categoria exclusiva para atletas com deficiência visual, mas até dois podem integrar a equipe de quatro remadores na categoria PR3, junto a atletas com função residual nas pernas. Neste caso, além das bandeiras e sinais luminosos, o juiz de saída também dá um comando de voz aos atletas;

“Seja na escola, durante a disciplina de educação física, em competições paralímpicas ou na corrida matinal. O esporte é um meio de inclusão social e deve ser acessível a todos.”

**Triatlo** – assim como nas provas de corrida do atletismo, os atletas cegos são acompanhados por um atleta-guia.

**Fonte: EU Atleta**

Você sabia? O Comitê Paralímpico Brasileiro (CPB) é a entidade que rege o desporto paralímpico no país. O CPB foi fundado em 1995 e, desde então, contribui progressivamente para o fomento do esporte de alto rendimento para pessoas com deficiência.

**Lembre-se:** todas as pessoas com deficiência visual devem se consultar regularmente com um médico oftalmologista para manter a funcionalidade e a independência. A reabilitação visual é aliada aos esportistas para maximizar a utilização da visão remanescente, promovendo maior bem-estar e qualidade de vida.





CONSELHO BRASILEIRO DE OFTALMOLOGIA

# É nosso trabalho alertar a população sobre a prevenção das doenças oculares.

Para levar informação à população, fazemos **parcerias importantes**. Obrigado aos nossos patronos que apoiam a Visão em Foco e ajudam a manter a saúde ocular de nossos pacientes.

**Alcon**



*Johnson & Johnson*  
VISION



LATINO FARMA

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