

Veja Bem...

CBO em Revista

...precisamos
falar sobre
ceratocone

Olhando de Perto

Catarata, glaucoma,
erros refrativos e
retinopatia diabética

Prevenir é Melhor

Doenças sistêmicas
e saúde ocular

Vida e Visão

Quando foi a sua última
consulta oftalmológica?



Em tempos de fake news, informação segura vale ouro

Chegou Veja Bem Digital, sua fonte segura sobre saúde ocular.

Afinal, quando informações de todos os tipos circulam por aí, é essencial confiar em quem entende do assunto.

Acesse!

VejaBem.org

Nos acompanhe, também, nas redes sociais!

 /cbovejabem  @vejabem_cbo



Veja

NOTÍCIAS VÍDEOS ÁUDIO SÍNDICOES PESQUISA

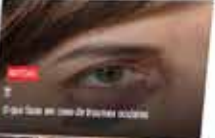
Nome

CBO



COVID-19 E SEUS OLHOS: O QUE É IMPORTANTE SABER

EXISTEM VÁRIOS TIPOS DE VÍRUS QUE INTERAM O GRUPO CHAMADO DE CORONAVÍRUS, O NOVO SPO, RESPONSÁVEL PELA ATUAL PANDEMIA, CHAMADO COVID-19...



Áudio

Podcast



Áudio

Podcast



Áudio

Podcast

CBO



CBO

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

Produzido por
Selles Comunicação

Coordenação Editorial
Alice Selles

Projeto Gráfico
Bianca Andrade

Diagramação
Luiz Felipe Beca

Jornalista Responsável
Juliana Temporal - MTB: 19.227

Índice

07 Palavra do Presidente

08 Informação e
Conscientização

Junho Violeta: precisamos
falar sobre ceratocone



12 Olhando de Perto
Catarata, glaucoma, erros
refrativos e retinopatia diabética



16 Comportamento
Como manter o controle
da retinopatia diabética?

20

Ciência e Tecnologia

O que podemos esperar dos avanços tecnológicos na Oftalmologia



28

Papo de Consultório

Fique de olho na saúde ocular de sua família



30

Vida e Visão

Quando foi a sua última consulta oftalmológica?



24

Prevenir é Melhor

Doenças sistêmicas e saúde ocular



32

Linha Direta

O que você precisa saber sobre o glaucoma



34

Idioma do Especialista

Conheça a estrutura dos nossos olhos

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

Palavra do Presidente



José Beniz Neto

Presidente do Conselho
Brasileiro de Oftalmologia
Gestão 2020 - 2021

“...há uma série de cuidados que cada um de nós precisa tomar. Eles vão desde evitar coçar os olhos até consultar o médico oftalmologista regularmente.”

Conscientização é a palavra de ordem. Durante os últimos meses temos sido levados a refletir bastante sobre prevenção. A pandemia de COVID-19 nos mostrou que uma parte importante da manutenção da saúde passa pelos cuidados que estão ao alcance de cada um de nós, individualmente, como os simples atos de lavar as mãos e usar máscaras de proteção.

Quando falamos da saúde dos olhos, a lógica permanece a mesma: há uma série de cuidados que cada um de nós precisa tomar. Eles vão desde evitar coçar os olhos até consultar o médico oftalmologista regularmente.

Nesta edição da nossa revista Veja Bem estamos trazendo algumas reportagens que reforçam essa necessidade de gerenciar a própria saúde ocular.

Nossa matéria de capa fala sobre o ceratocone, um problema grave, que afeta a estrutura da córnea e tem maior incidência entre adolescentes e jovens, muitas vezes como resultado do hábito de coçar os olhos.

Catarata, glaucoma, erros refrativos e retinopatia diabética: preparamos para você matérias que abordam os impactos dos problemas oculares em cada grupo populacional e o que é possível fazer para evitar maiores complicações, quando não se pode corrigir o problema. Na sequência, aprofundamos a questão da retinopatia diabética, uma doença complexa e progressiva que afeta os vasos sanguíneos dos olhos, em decorrência do diabetes.

Como nosso mundo se transforma em grande velocidade nos últimos tempos, falamos também sobre os impactos dos avanços tecnológicos na Oftalmologia. Mostramos a você como a evolução dos tratamentos é uma garantia de conforto e bem-estar para a população que sofre com problemas de visão em todas as faixas etárias.

Seguimos nesta edição falando sobre a interrelação entre doenças sistêmicas e os olhos: você sabia que eles são capazes de revelar doenças que, a princípio, não afetam a visão?

Com o isolamento social imposto pela pandemia COVID-19, passamos mais tempo junto com nossas famílias (tudo tem um lado positivo). Motivados por esse espírito, convidamos você a ficar de olho na saúde ocular de seus entes queridos, e ainda a entender que quem tem algum problema ocular, mesmo com as medidas sociais restritivas dos tempos atuais, precisa manter o tratamento com seu oftalmologista.

Boa leitura!



Junho Violeta

Precisamos falar sobre ceratocone



Ceratocone é uma doença caracterizada pela distrofia contínua e progressiva que afeta a estrutura da córnea - camada fina e transparente que recobre toda a frente do globo ocular - provocando afinamento central ou paracentral, geralmente inferior. O resultado é uma espécie de alargamento anterior da córnea, fazendo com que seu formato se torne semelhante ao de um cone, por isso seu nome. Ela pode ocorrer em um olho ou em ambos e, de acordo com o Conselho Brasileiro de Oftalmologia (CBO), a cada 100.000 pessoas no mundo, de 4 a 600 delas desenvolvem o ceratocone.





O histórico familiar está presente de 6 a 8% dos casos, o que sugere que a doença tem origem genética. Seu aparecimento mais comum ocorre na puberdade, geralmente entre os 13 e 18 anos de idade, progride por aproximadamente seis a oito anos e, depois, tende a permanecer estável.

Segundo Dr. Renato Ambrósio Jr., especialista em Córnea e Cirurgia Refrativa, por ser uma doença progressiva, com a evolução, a correção do grau se torna mais difícil, em função do chamado astigmatismo irregular que está relacionado à hipermetropia.

Além da característica genética, existem comportamentos que podem agravar a doença, como por exemplo, o ato de coçar os olhos e dormir fazendo pressão sobre eles. As características da córnea, como curvatura e espessura, estão relacionadas com a genética e isso vai determinar a resistência do tecido, tornando-os mais maleáveis. Mas, é importante entender que, não necessariamente, a genética é o único fator. De acordo com Dr. Renato Ambrósio Jr., é possível que uma pessoa possuidora de genética que indique uma eventual predisposição ou susceptibilidade para ectasia nunca desenvolva a doença, apresentando em exame complementar a forma atenuada da síndrome. O especialista também explicou que, por outro lado, um paciente que tem uma córnea relativamente normal de nascença pode desenvolver a doença se coçar muito os olhos. “Baseado no Painel Global de 2018, é consenso dizer que o ceratocône é agravado pelo ato de coçar os olhos. Poucas coisas têm 100% de consenso e essa é uma delas”, declarou.

“Além de agravar o ceratocône, coçar os olhos e fazer pressão sobre eles durante o sono também podem causar uma ectasia.”

Além de agravar o ceratocône, coçar os olhos e fazer pressão sobre eles durante o sono também podem causar uma ectasia. “Em sua fase inicial, o ceratocône não apresenta sintomas, sendo identificado apenas através de exames complementares. A mudança do grau pode ser o primeiro fator a indicar uma suspeita, mas principalmente quando o paciente tem astigmatismo ou alguma dificuldade visual. As queixas de piora e perda da visão acontecem apenas em fases mais avançadas”, explicou Dr. Renato Ambrósio Jr.

O oftalmologista ainda advertiu que o ceratocône tem grande relação com alergia ocular. Portanto, a vontade de coçar os olhos é resultado dela. Além da coceira, o paciente também pode apresentar uma sensibilidade maior à luz e irritação nos olhos. Segundo ele, é importante entender que o tratamento da alergia ocular faz parte do tratamento de ceratocône. Não basta apenas que o médico diga para o paciente não coçar os olhos, é preciso que o paciente receba um tratamento para que essa coceira pare.



Tratamento



Em relação ao tratamento da doença, é necessário que o paciente entenda que os óculos são a primeira opção. As lentes de contato são indicadas apenas quando os óculos não estão proporcionando uma boa visão, pois, apesar de oferecerem uma qualidade melhor, elas podem representar um fator de risco para a progressão do ceratocone.

Até o final dos anos 90, o transplante de córnea penetrante era a única forma de tratamento cirúrgico. Hoje, existem vários procedimentos diferentes, indicados de acordo com cada caso. “Temos o *crosslinking* para interromper a progressão da doença; o anel, para regularizar a córnea; e o laser, para fazer uma regularização da córnea junto com o *crosslinking*. Além disso, é possível combinar essas cirurgias de várias formas. Pode-se, inclusive, implantar uma lente dentro do olho para tratar o grau de miopia e astigmatismo”, enfatizou o oftalmologista.

No caso específico de ceratocone, Dr. Renato Ambrósio Jr. afirmou que o transplante de córnea é o método mais indicado. Porém, é importante lembrar que a cirurgia não garante 100% de eficácia, uma vez que existe o risco de rejeição ou de falência tardia (a córnea envelhecer

muito rápido e o transplante precisar ser feito de novo). Ainda de acordo com ele, o ceratocone raramente leva à cegueira, mas pode causar baixa visão reversível. A chance de reabilitação visual é alta, principalmente quando o tratamento é feito na fase inicial.

Apesar das diversas campanhas e compartilhamentos de informações por parte das Sociedades de Oftalmologia e o CBO, muitos ainda desconhecem os perigos oferecidos pelo ceratocone e o hábito de coçar os olhos que, como dito anteriormente, pode piorar o quadro. “Conscientes da importância de falar sobre o assunto, começamos uma campanha em 2018: o *Violet June* (Junho Violeta, em tradução livre). O objetivo é alertar sobre o ceratocone, tendo como lema que a desinformação pode fazer o paciente sofrer mais do que a própria doença”, frisou.

O médico finalizou falando sobre a importância de entender o trabalho do *Violet June*, de trazer consciência e informação sobre o ceratocone e melhorar a qualidade de vida das pessoas. “O entendimento sobre a doença é o primeiro remédio que deve ser oferecido ao paciente”, ressaltou.

Adaptis

A linha mais completa de lágrimas

Único com
Hialuronato de
Sódio 0,40%

Conforto
em dobro

Conforto com
economia



Conforto e lubrificação
em forma de gel líquido



Catarata, glaucoma, erros refrativos e retinopatia diabética

Os impactos dos problemas oculares em cada grupo populacional e o que é possível fazer

Da infância à terceira idade, os problemas oculares podem atingir pessoas de todas as idades. Nesse sentido, é de extrema importância que os olhos recebam a devida atenção em cada fase, desde o nascimento, com visitas periódicas ao oftalmologista. O ideal é que esses cuidados façam parte da rotina, desde cedo, pois ainda é a melhor medida de prevenção.

Durante os primeiros anos de vida, é comum que crianças não saibam identificar ou mesmo explicar que não estão enxergando da maneira correta. Por isso, é fundamental que responsáveis estejam sempre atentos aos sinais, como se aproximar muito de livros e telas, esbarrar ou tropeçar em objetos com frequência e confundir letras e números. Além disso, desvios persistentes no alinhamento dos olhos também devem servir como um sinal de alerta. Estrabismo e erros de refração, como miopia, astigmatismo e hipermetropia, são frequentemente diagnosticados nessa fase e, diante de qualquer sinal, um oftalmologista deve ser consultado.



Na adolescência, os erros de refração podem continuar sendo um problema, especialmente se não receberam a devida atenção durante a infância. Além deles, também podem surgir problemas relacionados à exposição excessiva à luz ultravioleta (UV) e a síndrome da visão de computador (SVC), que ocorre devido ao uso prolongado de dispositivos digitais, como smartphones e tablets, que emitem luz azul-violeta.

Na fase adulta, especialmente após os 40 anos, a presbiopia, também conhecida como vista cansada, torna-se um problema comum. A partir dessa idade, o glaucoma também é um risco presente. Ele se desenvolve de forma progressiva e pode causar danos permanentes à visão. Além disso, algumas doenças crônicas podem se manifestar nos olhos, como a retinopatia diabética, que, como o nome diz, é uma complicação grave relacionada ao diabetes.





Na terceira idade, os cuidados relacionados à saúde ocular devem ser intensificados, pois alguns problemas comuns a essa faixa etária podem causar danos irreversíveis à visão. A degeneração macular relacionada à idade causa baixa visão central e pode prejudicar a realização das tarefas diárias. A catarata é outro problema comum nessa fase, atingindo um grande número de idosos. A doença pode afetar a qualidade de vida e aumentar o risco de acidentes domésticos, uma vez que reduz a acuidade visual.

Independente da idade, a melhor forma de prevenção ainda é consultar um oftalmologista regularmente, mesmo sem a presença de sintomas, pois alguns problemas oculares podem evoluir sem dar quaisquer sinais. Por outro lado, havendo qualquer sintoma ou desconforto, a consulta deve ser realizada o quanto antes, para que o diagnóstico e o início do tratamento aconteçam no menor intervalo de tempo possível. Cuide bem dos seus olhos!

“Independente da idade, a melhor forma de prevenção ainda é consultar um oftalmologista regularmente...”



NEM TODO OLHO SECO É IGUAL¹

Consulte o seu oftalmologista e entenda a sua necessidade



Equilíbrio dos componentes da lágrima²



Proteção do filme lacrimal³



Hidratação⁴

LINHA LATINOFARMA Uma lágrima para cada necessidade

PLENIGELL® (carmelose sódica) 5 mg/mL solução oftálmica estéril – USO OFTÁLMICO. USO ADULTO. **INDICAÇÕES:** 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 irritações oculares. Indicado como lubrificante e re-umidificante durante o uso de lentes de contato. Reg. ANVISA nº 1.0298.0504. Nº do Lote, Data de Fabricação e Prazo de Validade: Vide Rótulo/Caixa.

MIRUGELL® (macrogol + propilenoglicol + hidroxipropilgumar) 4 mg/mL + 3 mg/mL + 1,8 mg/mL solução oftálmica estéril – USO OFTÁLMICO. USO ADULTO. **INDICAÇÕES:** para alívio temporário da irritação, vermelhidão e ardor devidos ao olho seco, para alívio temporário do desconforto devido a pequenas irritações do olho ou exposição ao sol. Reg. ANVISA nº 1.0298.0503. Nº do Lote, Data de Fabricação e Prazo de Validade: Vide Rótulo/Caixa.

ECOFILM® carmelose sódica- solução oftálmica estéril 5 mg/mL (0,5%) VIA OFTÁLMICA. USO ADULTO. **INDICAÇÕES:** tratamento da melhora da irritação, ardor e secura dos olhos. Como lubrificante e reumidificante durante uso de lentes de contato. Reg. MS nº 1.0298.0487. Nº do Lote, Data de Fabricação e Prazo de Validade: Vide Rótulo/Caixa.

PLENIGELL®, MIRUGELL® e ECOFILM® - 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.

1. Craig JP, Nichols KK, Akpek EK, et al. TFOS DEWS II Definition and Classification Report. *Ocul Surf.* 2017 Jul;15(3):276-283. 2. Baudouin C, Messmer EM, Aragona P, et al. Revisiting the vicious circle of dry eye disease: a focus on the pathophysiology of meibomian gland dysfunction. *Br J Ophthalmol.* 2016 Mar;100(3):300-6. 3. Ng A, Keech A, Jones L. Tear osmolality changes after use of hydroxypropylguarbased lubricating eye drops. *Clin Ophthalmol.* 2018;12:695-700. 4. Ecofilm®: carmelose sódica. Bula do medicamento.

Registados por: CRISTÁLIA - Produtos Químicos Farmacêuticos Ltda - Farm. Resp.: Dr. José Carlos Módolo CRF-SP nº 10.446 Rodovia Itapira-Lindóia, km14, Itapira-SP - CNPJ nº 44.734.671/0001-51 - Indústria Brasileira - SAC: 0800 7011918.
Fabricados por: CRISTÁLIA Prod. Quím. Farm. Ltda. - R. Dr. Tomás Sepe, 489 - Cobia - SP - CNPJ 44.734.671/0023-67 - Indústria Brasileira.
Material destinado à classe médica

 **LATINOFARMA**
Uma divisão do Grupo Cristália



Como manter o controle da retinopatia diabética?

A retinopatia diabética é uma doença complexa e progressiva que afeta os vasos sanguíneos dos olhos, em decorrência do diabetes. Segundo o Conselho Brasileiro de Oftalmologia (CBO), o problema é responsável por 4,8% dos 37 milhões de casos de cegueira devido a doenças oculares em todo o mundo, isto é, cerca de 1,8 milhão de pessoas.

Dados do Atlas IDF 2017 apontam que a proporção de cegueira causada por retinopatia diabética varia entre 0-1% na África, 3-7% em grande parte do Sudeste da Ásia e 15-17% nas regiões mais ricas das Américas e Europa. Pelo menos 425 milhões de pessoas em todo o mundo têm diabetes. A previsão é que o número de portadores da doença cresça em 50% até 2045, alcançando a marca de 629 milhões.





A retina é uma membrana localizada na parte posterior do olho, responsável por transformar o estímulo luminoso em estímulo nervoso que é, então, enviado para o cérebro, onde se forma a imagem. A alta concentração de glicose no sangue - como ocorre no diabetes - causa alterações na estrutura dos vasos sanguíneos da retina. Com o tempo, essas alterações podem provocar o rompimento desses vasos, com liberação de sangue e fluidos que podem interferir diretamente na visão.

Existem duas formas de retinopatia diabética: não proliferativa e proliferativa. Na retinopatia não proliferativa, podem haver dilatações e obstruções nos vasos que alimentam a retina com nutrientes e oxigênio, e até mesmo hemorragias, mas ainda é a forma mais leve da doença. Já o segundo caso surge quando a doença dos vasos sanguíneos da retina progride, ocasionando a proliferação de novos vasos anormais, chamados “neovasos”.

O mais importante é manter o diabetes sob controle, por meio de alimentação balanceada, medicação recomendada, controle da glicose e da pressão arterial. Isso diminuirá as chances de complicações na visão. Além disso, é obrigatório que pacientes diabéticos realizem acompanhamento oftalmológico periódico, para detectar qualquer alteração.

”O mais importante é manter o diabetes sob controle, por meio de alimentação balanceada, medicação recomendada, controle da glicose e da pressão arterial. Isso diminuirá as chances de complicações na visão.”

Os sintomas da retinopatia diabética são progressivos e lentos, o que faz com que, em muitos casos, a doença seja descoberta apenas em estágios mais avançados. O primeiro sinal é visão embaçada, seguida de manchas turvas no campo visual. Aos poucos, a visão começa a ficar cada vez mais turva, podendo caminhar para uma hemorragia nos vasos sanguíneos dos olhos.

Além do diabetes, outros fatores contribuem para o surgimento e agravamento da doença. Segundo o CBO, existem estudos clínicos que comprovam que o bom controle do diabetes, da hipertensão, da dislipidemia e do tabagismo reduz significativamente o risco de desenvolvimento da enfermidade ocular.



Ainda conforme orientações do Conselho Brasileiro de Oftalmologia, o tratamento da retinopatia diabética deve ser realizado por oftalmologistas especializados em retina e vítreo. Por isso, as decisões tomadas por cada país devem ser adaptadas aos seus recursos, às expectativas sociais e à infraestrutura sanitária disponíveis. Para um serviço eficaz de prevenção e tratamento, é necessária a disponibilização de serviços médicos adequados.

Segundo a Sociedade Brasileira de Retina e Vítreo (SBRV), quando o tratamento é feito precocemente, 95% dos pacientes conseguem recuperar completamente a visão. Em casos mais graves, é preciso recorrer ao tratamento a laser, que coagula os locais em que o vaso está desgastado, acompanhado de medicação antiangiogênica. Em último caso, quando há hemorragia ou des-

colamento da retina, é realizada a cirurgia de vitrectomia, capaz de recuperar todas as partes prejudicadas do olho.

As recomendações da SBRV para detecção da doença são as seguintes: exame de fundo de olho, oftalmoscopia indireta e biomicroscopia da retina. Para o acompanhamento dos casos, a sugestão é manter o controle glicêmico, pressórico e lipídico. Em pacientes diabéticos, o acompanhamento oftalmológico deve ser programado e rigorosamente cumprido, a fim de que a retinopatia seja tratada de maneira correta e antes que surjam sequelas irreversíveis. Frequentemente, mesmo pacientes com retinopatia diabética proliferativa grave podem ser assintomáticos, sendo fundamental que sejam feitas avaliações oftalmológicas periódicas.



“Segundo a Sociedade Brasileira de Retina e Vítreo (SBRV), quando o tratamento é feito precocemente, 95% dos pacientes conseguem recuperar completamente a visão.”

OPTI-FREE®

Alcon

LIVRE DE MICRÓBIOS.

CONFORTO COM O DOBRO DE PROTEÇÃO.²

OPTI-FREE® puremoist é o novo tempo na limpeza de lentes de contato: conforto o dia todo, com duplo agente protetor contra bactérias.¹



Referências: 1. OPTI-FREE® puremoist Solução de Desinfecção Multipropósito - Instruções de uso do produto. 2. Lally J, Ketelson H, Borazjani R, et al. A new lens care solution provides moisture and comfort with today's CLs. Optician 4/1/2011, Vol 241 Issue 6296, 42 - 46.

BR-OFM-2000006 - Abril/2020. Registro ANVISA 80153480094.



O que podemos esperar dos avanços tecnológicos na Oftalmologia

“A tecnologia move o mundo”

Steve Jobs

A frase do memorável empresário tem a ver com o assunto que vamos falar a seguir: os avanços tecnológicos observados na Oftalmologia.

Todos os dias surgem coisas novas. A tecnologia permite descobertas, respostas e a criação de centenas de novas perguntas. Esses avanços acontecem também para facilitar o diagnóstico e para realizar intervenções avançadas e precisas em diversas áreas da Medicina. A Oftalmologia destaca-se por ter sido a primeira especialidade médica a utilizar o laser com o objetivo terapêutico e por promover o seu acelerado e constante desenvolvimento.

O envelhecimento da população brasileira, os hábitos de vida inadequados, o uso excessivo de computadores e smartphones, a dificuldade e a demora de acesso aos serviços de saúde e a compra de óculos de sol e sem proteção UV ou com grau errado estão entre os principais fatores que têm elevado o número de pessoas com problemas de visão no país. De acordo com dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), mais de 35 milhões de brasileiros apresentam algum tipo de limitação na visão.

Outro dado alarmante é que cerca de 34% dos brasileiros nunca passaram por uma consulta com o médico oftalmologista, por não querer ou por não saber da importância desse profissional. Entre as doenças oculares mais prevalentes no Brasil estão miopia, hipermetropia, presbiopia e astigmatismo, problemas que podem ser facilmente corrigidos com o uso de óculos e com o acompanhamento oftalmológico regular.

Os progressos atuais das pesquisas na área de Oftalmologia, realizadas nos maiores centros do mundo, possibilitam aos cidadãos terem acesso

a diversos tratamentos eficientes e inovadores. A evolução dos tratamentos é uma garantia de conforto e bem-estar para a população que sofre com problemas de visão em todas as faixas etárias.

Podemos citar, por exemplo, a cirurgia refrativa, conhecida como o procedimento de correção de hipermetropia, miopia e astigmatismo. Essa cirurgia pode ser a solução para muitos indivíduos que utilizam óculos ou lentes de contato e que querem parar de usá-los. Contrariando o que algumas pessoas ainda pensam, essas cirurgias se tornaram muito sofisticadas e precisas, o que, de um lado requer maior qualificação do cirurgião, e do outro oferece resultados mais seguros e precisos. Elas duram poucos minutos e o pós-operatório é cada vez mais tranquilo. As técnicas mais modernas de cirurgia refrativa utilizam apenas laser para realizar a correção da visão. Dessa forma, não há cortes com lâminas, nem é necessário submeter o paciente a uma internação.

"A evolução dos tratamentos é uma garantia de conforto e bem-estar para a população que sofre com problemas de visão em todas as faixas etárias."

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), em 2020, a miopia atingirá cerca de 35% da população mundial. Até o ano de 2050, as projeções indicam que esse percentual deva atingir a marca de 52% da população. Diante desse cenário, fica claro o quanto o avanço da implantação de novas tecnologias nos diagnósticos e tratamentos oculares é fundamental.

De acordo com estudos e pesquisas, a previsão é que, no futuro, as cirurgias de catarata e refrativa serão totalmente executadas por inteligência artificial ou cirurgia robótica. Hoje, tais recursos são usados apenas parcialmente. Poucas áreas serão tão favorecidas pelos avanços da cirurgia robótica e inteligência artificial quanto a Oftalmologia. O olho é um “território” muito especial para aplicação dessas ferramentas.

Atualmente, as principais tecnologias oftalmológicas oferecidas no Brasil são laser de femtosegundo (utilizado em cirurgias refrativas e de catarata); lentes intraoculares (presentes na cirurgia de catarata); lentes de contato multifocais, para astigmatismo, e fotocromáticas, que se adequam de acordo com a iluminação; tratamentos com *crosslinking* e anel intraestromal; *plugs* de ponto lacrimal; e técnicas de blefaroplastia.

Estão a caminho avanços muito interessantes e importantes na área oftalmológica, como o aperfeiçoamento de novas técnicas e o desenvolvimento de terapia gênica para doenças degenerativas, que está em fase bem adiantada nas pesquisas.

Continue acompanhando as páginas da Veja Bem, pois estaremos sempre informando e atualizando sobre o que acontece no mundo da Oftalmologia.



“De acordo com estudos e pesquisas, a previsão é que, nesta década, as cirurgias de catarata e refrativa serão totalmente executadas por inteligência artificial ou cirurgia robótica.”

Máximo
conforto¹
para o dia a dia

optive[®]

Sua atenção
muda um olhar

Alívio rápido dos sintomas
relacionados à irritação
ocular e olho seco¹



Descontos nas
farmácias associadas.*

25% OPTIVE[®]
e 32% OPTIVE[®] UD

Confira aqui a farmácia
associada mais próxima:



viver.allergan.com.br
farmacias.associaodas



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

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


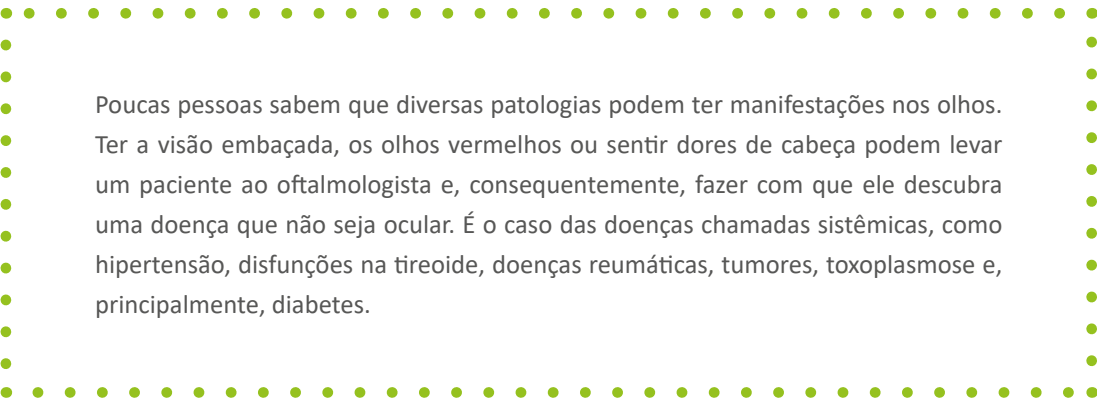
Instrução de uso:

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



Doenças sistêmicas e saúde ocular

Todo mundo já ouviu dizer que “os olhos são as janelas da alma”, mas na verdade, não são apenas janelas da alma, mas do corpo também. Eles são capazes de revelar doenças que, a princípio, não afetam a visão nem se relacionam com os olhos.

Poucas pessoas sabem que diversas patologias podem ter manifestações nos olhos. Ter a visão embaçada, os olhos vermelhos ou sentir dores de cabeça podem levar um paciente ao oftalmologista e, conseqüentemente, fazer com que ele descubra uma doença que não seja ocular. É o caso das doenças chamadas sistêmicas, como hipertensão, disfunções na tireoide, doenças reumáticas, tumores, toxoplasmose e, principalmente, diabetes.

Existem ainda algumas condições inflamatórias e autoimunes que também se manifestam através dos olhos. Quadros de artrites, lúpus e esclerose múltipla podem causar esclerite (inflamação da parte branca do olho) ou uveíte (inflamação da parte interna do olho).

Há doenças oculares e sistêmicas que também causam ou agravam os erros de refração. Como por exemplo, é possível citar algumas causas da miopia adquirida (aquela que não está relacionada ao tamanho e formato do globo ocular), como catarata e intoxicação medicamentosa. Entre as doenças que causam hipermetropia, apresentam-se intoxicação medicamentosa, botulismo, traumas oculares, tumor orbitário, infecções, aumento da pressão intracraniana, edemas (inchaços) maculares de diversas causas, tumores metastáticos de coróide e carcinoma da nasofaringe. Os erros de refração podem representar fator de risco para doenças oculares graves e com potencial cegante, como a obstrução dos vasos da retina, a Degeneração Macular Relacionada à Idade (DMRI) e o glaucoma.

**“Há doenças
oculares e
sistêmicas que
também causam
ou agravam
os erros de
refração. Como
por exemplo,
é possível citar
algumas causas
da miopia
adquirida...”**

Estimativas da Organização Mundial da Saúde (OMS) mostram que 285 milhões de pessoas estão visualmente prejudicadas. Por isso, os cuidados com a visão começam cedo. A primeira visita ao oftalmologista deve ser feita nos primeiros meses de vida para descartar a presença de doenças congênitas. Depois, consultas anuais são recomendadas até os 7 anos de idade. Nessa fase, o sistema visual está em processo de formação e pequenas alterações podem levar a danos permanentes na qualidade da visão.

Além disso, é muito importante saber se existe algum histórico familiar de doença ocular, como glaucoma ou retinose pigmentar, realizar avaliação oftalmológica periódica (uma vez ao ano), usar óculos com proteção UV, se alimentar de forma equilibrada e praticar exercícios físicos, pois tais atos e hábitos podem controlar possíveis doenças que afetam a visão e tratar eventuais doenças oculares.

A saúde ocular encontra-se estreitamente relacionada com doenças que afetam toda a estrutura dos olhos, desde as pálpebras até os centros visuais corticais, passando pela córnea, íris, lente, vítreo e retina, e depende do estado de todo o organismo e das condições de saúde de cada órgão. O clínico geral pode fazer o diagnóstico de várias doenças. Da mesma forma, o médico oftalmologista pode, ao realizar exames de vista, identificar doenças sistêmicas que afetam a visão. A interação entre seus médicos melhora seu tratamento. Por isso, não abra mão do acompanhamento de bons médicos. Assim, você não só preserva a saúde de seus olhos, como também salva a sua vida. Fique atento!



"O clínico geral pode fazer o diagnóstico de várias doenças. Da mesma forma, o médico oftalmologista pode, ao realizar exames de vista, identificar doenças sistêmicas que afetam a visão."



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

**30 e 60
cápsulas**



Todos os benefícios



em **1 única cápsula diária**

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



**LUTEÍNA
E ZEAXANTINA**



ÔMEGA 3



**VITAMINAS
E MINERAIS**



Fique de olho na saúde ocular de sua família

Você sabia que uma das melhores formas de iniciar os cuidados da saúde ocular é ter conhecimento sobre o histórico de sua família? Saber sobre as condições genéticas as quais se está predisposto pode ajudar na prevenção ou detecção precoce de uma doença, auxiliando no tratamento e evitando seu agravamento.



Um exemplo da importância de tomar conhecimento do histórico de saúde ocular da família é a chance de frear o desenvolvimento do glaucoma. Um estudo feito pela *Glaucoma Research Foundation* apontou que o risco de uma pessoa, com casos de glaucoma na família, desenvolver a doença é nove vezes maior em relação a quem não tem.

A degeneração macular também pode ser facilitada em caso de idade avançada ou hereditariedade. Trata-se do comprometimento da mácula, uma pequena região da retina responsável pela leitura, visão de cores e pequenos detalhes.

Além dos problemas citados anteriormente, existem outros que também podem ser herdados, como erros refrativos, catarata, daltonismo, neuropatias ópticas e ceratocone. Por isso, quem possui histórico familiar de doenças oculares deve manter a atenção redobrada e fazer acompanhamento periódico com um médico oftalmologista.

Em alguns casos, a atenção aos fatores genéticos - não só nos cuidados oculares, mas na saúde como um todo - deve começar ainda na primeira infância. Nesse intuito, foi criado o chamado mapeamento genético, que auxilia no diagnóstico precoce de condições de saúde e pode fornecer evidências de uma doença hereditária.

“Um estudo feito pela *Glaucoma Research Foundation* apontou que o risco de uma pessoa, com casos de glaucoma na família, desenvolver a doença é nove vezes maior em relação a quem não tem.”

A análise da genética ocular é um trabalho detalhista, que deve ser feito em laboratório especializado por profissionais capacitados. Nesse estudo é possível, por exemplo, fazer a análise genética de um casal, entendendo qual a probabilidade de que eles venham a conceber uma criança com determinadas enfermidades oculares.

Ao se consultar com um oftalmologista, é extremamente importante que, além de levar em conta a relevância do histórico de saúde ocular e proceder com consultas e exames periódicos, se mantenha um diálogo aberto com a família, buscando o máximo de informações possíveis.

Dessa forma, sempre que for se consultar com um oftalmologista, leve ao especialista tais informações. Isso fará toda a diferença!

Quando foi a sua última consulta oftalmológica?



A prevenção é extremamente importante quando falamos de nossa saúde. Com a saúde dos nossos olhos, não é diferente. Atualmente, as crianças têm sua primeira avaliação ocular ainda nos primeiros dias de vida, com a realização do chamado “teste do olhinho”. E, a partir daí, caso nenhuma altera-

ção seja encontrada, o ideal é que todos façam uma visita a um oftalmologista pelo menos uma vez ao ano. Se a sua última consulta foi há mais de um ano, o melhor é marcar uma nova o mais breve possível, mesmo que não esteja sentindo nada de diferente na visão. Saiba o porquê dessa medida preventiva.

Por que é tão importante visitar o oftalmologista regularmente?

O médico oftalmologista não avalia apenas o grau de visão e prescreve óculos ou lentes de contato. Ele é responsável por avaliar toda a estrutura ocular, bem como suas funções motoras e sensoriais. Ele avalia a córnea, o cristalino, a pressão ocular, a retina e o vítreo.

Ao marcarmos uma consulta apenas quando não estamos enxergando tão bem quanto antes, para buscar uma nova receita para os óculos,

corremos o risco de, sem saber, estarmos desenvolvendo alguma doença que poderá acarretar maiores complicações à nossa visão.

Algumas doenças oculares, como o glaucoma, por exemplo, não apresentam sintomas em seus estágios iniciais. Quando o paciente nota a perda progressiva da visão, o dano já é irreparável. Uma vez que a visão é perdida devido ao glaucoma, não pode ser restaurada.



Outras doenças como a retinopatia diabética, se não são detectadas imediatamente, podem exigir tratamentos que envolvem desde injeções intraoculares a, até mesmo, cirurgias complexas. Por ter como causa a glicose descompensada, o diagnóstico precoce levaria ao controle glicêmico e evitaria maiores complicações.

Além disso, tumores intraoculares, como o melanoma, podem levar até a um risco de morte. São condições que, apenas muito tempo depois, apresentam sintomas detectáveis ao paciente, quando a situação já está mais difícil de ser tratada, ou quando já não há mais tratamento.

Quem não usa óculos também precisa ir ao oftalmologista?

Todos precisam se consultar anualmente para avaliar a saúde dos olhos. Até mesmo quem não é usuário de óculos ou lentes de contato. Pessoas que não utilizam óculos ou lentes de contato costumam preocupar-se menos com seus olhos, indo ao oftalmologista apenas caso sinta alguma irritação ou vermelhidão na região, por acreditar ser apenas uma alergia ou uma conjuntivite leve. Porém, esses podem ser sintomas de inflamações intraoculares, as chamadas uveítes, que podem levar à cegueira.

Pessoas sem miopia, astigmatismo ou hipermetropia ainda podem desenvolver doenças oculares, com ou sem sintomas. Portanto, não espere até perceber sintomas ou desconfortos oculares para ir ao médico oftalmologista. O diagnóstico precoce é uma arma na luta contra várias doenças oculares, possibilitando uma maior chance de cura ou tratamentos mais eficientes. A consulta com um médico oftalmologista deve ser realizada anualmente para pessoas de todas as idades.



O que você precisa saber sobre o glaucoma



O glaucoma é uma doença ocular progressiva causada, principalmente, pela elevação da pressão ocular. Ele provoca lesões no nervo óptico e, como consequência, o comprometimento visual ou perda total da visão de forma irreversível.

Há muitas formas de glaucoma, mas duas se destacam: glaucoma de ângulo aberto e glaucoma de ângulo fechado. O glaucoma de ângulo aberto representa cerca de 80% dos casos e acomete, sobretudo, pessoas acima de 40 anos. Costuma ser assintomático, causado por um defeito funcional no ângulo da câmara anterior, que impede a

saída do humor aquoso e aumenta a pressão intraocular lentamente. Ele recebe o nome de aberto porque os canais não estão nitidamente bloqueados, mas, apesar disso, a drenagem através deles é insuficiente. Com o tempo, esse “bloqueio” pode gerar atrofia no nervo óptico e causar cegueira.

O glaucoma de ângulo fechado é menos comum. Nesse caso, os canais de drenagem nos olhos ficam bloqueados ou fechados, porque o ângulo entre a íris e a córnea é muito estreito. É chamado de “fechado” porque os canais estão visivelmente bloqueados. O bloqueio pode ocorrer de repente (glaucoma de ângulo fechado agudo) ou lentamente (glaucoma de ângulo fechado crônico).

Nos casos agudos, a pressão ocular aumenta rapidamente e o paciente pode apresentar fortes dores nos olhos e na cabeça, além de vermelhidão, visão turva, náuseas e perda súbita de visão. Em casos crônicos, a pressão aumenta lentamente, começando como um glaucoma de ângulo aberto. Algumas pessoas podem apresentar vermelhidão nos olhos, desconforto, visão turva ou dor de cabeça leve. O glaucoma congênito - forma mais rara da doença - acomete recém-nascidos e o glaucoma secundário é decorrente de enfermidades como diabetes, uveítes, cataratas, etc.

Caso o oftalmologista suspeite de glaucoma, será realizada uma avaliação completa. Há cinco passos em um exame oftalmológico completo para o diagnóstico do glaucoma: medição da pressão ocular, avaliação do nervo óptico, teste de campo visual, gonioscopia e medidas das córneas.

“Caso o oftalmologista suspeite de glaucoma, será realizada uma avaliação completa.”

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), essa neuropatia acomete 65 milhões de pessoas no mundo, sendo 900 mil no Brasil. O grupo de maior risco é composto por portadores de miopia, negros, diabéticos e pessoas que fazem uso de corticoides (seja na forma tópica, spray ou oral). Indivíduos que têm em seu histórico familiar casos de glaucoma, também possuem maior risco de desenvolver a doença — risco esse que dobra se ele estiver presente em ambos os lados da família.

Inicialmente, o tratamento é clínico e à base de colírios. Existem também drogas por via oral e cirurgias, que são utilizadas como recurso quando o paciente não responde à terapia com colírios. É importante frisar que, quando uma pessoa perde a visão por causa do glaucoma, a perda é permanente, por esse motivo, o tratamento adequado e precoce é importante para evitar que isso aconteça. Existem também estudos e pesquisas sobre a utilização de dispositivos especiais e a combinação de colírios em um só frasco, a fim de facilitar a adesão ao tratamento.

Conheça a estrutura dos nossos olhos

Alguns nomes relacionados à anatomia do corpo humano podem parecer bastante complicados. E não é para menos, afinal, não usamos a maior parte dessas palavras em nosso dia a dia. Aqui, vamos explicar um pouco mais sobre algumas partes que compõem a estrutura

dos olhos, que é bastante complexa e delicada. Cada uma delas tem sua função e, quando trabalham em equilíbrio, permitem que a visão funcione da melhor forma possível. Mas, lembre-se: nada substitui a avaliação do seu oftalmologista. Em caso de dúvidas, não hesite em perguntar!

Conjuntiva

Membrana mucosa, incolor e bastante fina, sua função é proteger a superfície do olho contra agentes externos.

Córnea

Trata-se de um tecido transparente, localizado na parte frontal externa do olho. É responsável por focalizar a luz na retina para formar a visão.

Coroide

Localizada entre a esclera e a retina, a coroide é responsável por suprir as células da retina e da esclera com o oxigênio e nutrientes, através de seus vasos sanguíneos.

Corpo ciliar

Localizado atrás da íris, é responsável por formar o humor aquoso e manter a pressão intraocular adequada. Além disso, sua contração auxilia no ajuste do foco da visão.

Cristalino

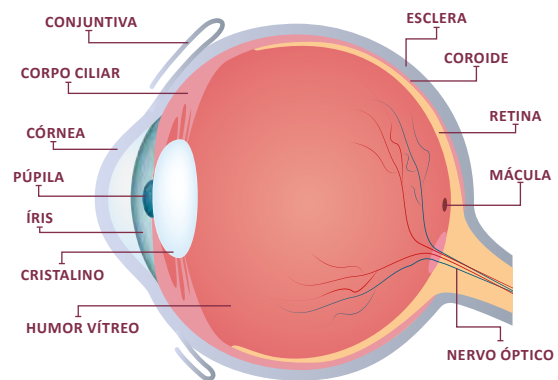
Considerado a lente natural do olho, o cristalino se localiza logo atrás da pupila e é responsável pelo ajuste fino da visão, para obter um foco maior.

Esclera

Essa é a parte branca do olho, constituída por uma camada fibrosa e com a função de proteger as estruturas mais internas.

Humor vítreo

Essa é a estrutura gelatinosa que ocupa a porção central do globo ocular.



Íris

É a parte colorida dos olhos e fica localizada logo atrás da córnea. Nela, estão presentes diversos músculos responsáveis por definir a proporção de abertura da pupila.

Mácula

Presente na parte central do olho, é responsável pela visão dos detalhes.

Nervo óptico

Essa é a estrutura que realiza a conexão entre o olho e o cérebro, sendo essencial para que possamos enxergar.

Pupila

Essa é a abertura localizada na parte central da íris. Seu diâmetro é regulável e cumpre a função de permitir a maior ou menor entrada de luz no olho.

Retina

Localizada no fundo do olho, a retina é a parte do olho responsável por captar as imagens, que serão formadas no cérebro, a partir de suas células sensíveis à luz.

+ de 20 mil agradecimentos

Ao longo de sua história, o CBO tem buscado oferecer serviços úteis aos seus associados. Esse esforço contínuo requer investimentos maiores do que uma sociedade médica como a nossa é capaz de realizar sozinha.

Felizmente, não estamos sós. Contamos com empresas que tanto atuam na Oftalmologia, como reconhecem nossos esforços. Também sabem a importância de levar serviços aos nossos associados, e acreditam no trabalho que realizamos. Por isso, em tempos de verbas curtas em todos os setores e instâncias, investem em nossas ideias, em nossos projetos.

Carinhosamente, referimo-nos a essas empresas como **Patronos CBO**. Em 2020, os projetos do CBO contam com o apoio da **Alcon**, **Allergan**, **Genom**, **Latinofarma** e **Ofta**, que agora recebem aqui nosso sincero:

Muito Obrigado!

Alcon


Allergan


GENOM
OFTALMOLOGIA


LATINOFARMA
Uma divisão de Grapo Cristalia


ofta
Vision Health
Inovação no cuidado da saúde ocular.


CBO

CONSELHO BRASILEIRO DE OFTALMOLOGIA

