

Saiba cuidar deste bem valioso

Melhoria da renda e da legislação de trânsito são fatores que contribuem para que o brasileiro cuide mais da saúde visual, mas ainda há problemas, opina o oftalmologista Fabrício Witzel, do departamento de Córneas e Doenças Externas do Hospital das Clínicas (HC). Ele faz a avaliação sobre os cuidados com a visão no dia em que é lembrado o Dia Nacional do Cego, 13 de dezembro.

FERNANDES DIAS PEREIRA



Cuide-se: glaucoma, catarata, diabetes e degeneração macular (relacionada à idade) são os problemas mais comuns para a visão

No Dia Nacional do Cego, especialista enfatiza importância da prevenção como usar óculos de proteção e visitar o oftalmologista

“Há 10 ou 15 anos, operei muitos pacientes com perfuração ocular, ocasionada por acidentes de carro. Eles não usavam o cinto de segurança, batiam a cabeça no vidro e perfuravam o olho. Casos como esse diminuíram muito devido à obrigatoriedade do cinto de segurança”, recorda o médico do HC, instituição da Faculdade de Medicina da USP.

Com o aumento da renda, ele acredita que o brasileiro procura cuidar melhor da saúde, procura o oftalmologista e outros médicos para controlar diabetes, tabagismo, hipertensão e colesterol elevado, que prejudicam a visão. “Há muitos anos eu orientava um paciente para diminuir os fatores de risco para essas doenças, mas ele não me ouvia. Outro dia ele me procurou com queixa de baixa visão, ou seja, oclusão de veia da retina ocasionada pelo colesterol e pressão altos”.

500 mil cegos – De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a deficiência visual afeta mais de 35 milhões de pessoas no País (19% da população). Desse total, cerca de 500 mil brasileiros são cegos. A dificuldade de enxergar é a deficiência mais frequente no Brasil.

Uma tragédia na área de saúde pública, que poderia ser evitada, garante o especialista Witzel. “As principais causas de cegueira são o glaucoma, catarata, diabetes e a degeneração macular relacionada à idade. Muitas vezes, o brasileiro apenas procura o oftalmologista quando essas doenças estão muito avançadas.

Nesse ponto, infelizmente pode ser tarde demais”, analisa.

O glaucoma causa cegueira irreversível devido ao aumento da pressão intraocular na maioria dos casos. Essa doença induz à destruição gradativa e irreversível do nervo óptico, podendo ser controlado (se diagnosticado precocemente) com o uso de medicamentos que agem nos olhos e reduzem a produção ou aumentam a drenagem do humor aquoso (um dos líquidos que preenche o olho).

“Por se tratar de uma doença silenciosa, o paciente só nota a diminuição visual no final do quadro, quando o dano já é muito significativo”, informa o Dr. Witzel. No entanto, o problema pode ser diagnosticado numa consulta com oftalmologista, que mede a pressão ocular e avalia o fundo de olho. A partir dos 40 anos, o risco é maior, principalmente para quem tem histórico familiar dessa patologia.

Cuide do diabetes – Outra causa de cegueira, muitas vezes irreversível, é a retinopatia diabética, ocasionada pelo não tratamento do diabetes. Inicialmente, pode causar uma sutil alteração de grau dos óculos, porém, possivelmente apresenta rápida evolução para sangramentos dos vasos da retina e provoca visão borrada e cegueira. Outra possibilidade é ocasionar glaucoma.

“Há três tipos de tratamento: cirurgia, laser e injeções. Todas estas opções interrompem a evolução da perda de visão, podendo até reverter a situação em alguns casos. Em estágios mais avançados da doença, pouco se pode fazer”, alerta o oftalmologista. O controle da glicemia e a consulta periódica ao oftalmologista podem evitar as complicações da doença.

Uma terceira causa de perda de visão, comum entre os brasileiros, é a catarata, doença totalmente reversível. “É causada pela opacificação do cristalino – a lente intraocular natural do olho. Durante a cirurgia, o cristalino é substituído por uma lente intraocular”, informa Fabrício Witzel.

A degeneração macular relacionada à idade é frequente em pacientes da terceira idade. Gerada por uma alteração na região central da retina conhecida como mácula, a degeneração induz prejuízo da principal área de visão dos pacientes. Pessoas com olhos claros têm maior chance de sofrer com a doença. O tratamento utiliza vitaminas específicas e injeções intraoculares nos casos mais severos.

Doença da infância – O especialista alerta sobre os principais cuidados para manter os olhos saudáveis. A primeira visita ao oftalmologista deve ocorrer ainda na infância, por volta de três anos. O Dr. Fabrício Witzel explica que algumas doenças oculares, como o estrabismo, podem ser reversíveis apenas se houver assistência nessa fase. Caso contrário, o dano visual gerado será para o resto da vida.

“A boa saúde ocular da criança garante seu aproveitamento escolar, que é totalmente abalado caso haja alguma dificuldade de visão”, analisa o médico. Ele elogia e conta que participou durante muitos anos da campanha *Visão do Futuro*, do Governo do Estado, que examina milhares de escolares de ensino fundamental e identifica problemas como miopia e astigmatismo e lhes oferece óculos gratuitamente.

Na juventude e idade adulta, algumas das principais doenças oculares são a mio-

pia, o astigmatismo e o ceratocone (deformação da córnea, frequente em pessoas com alergias nos olhos) e outras.

O médico avalia que elevada parcela da população poderia ter melhor emprego e qualidade de vida se procurasse o oftalmologista para identificar problemas como miopia e astigmatismo: “Já recebi pacientes com 2 ou 3 graus de miopia que não usavam óculos. Não procuraram o especialista antes por falta de instrução, pois achavam que a visão embaçada é normal”.

Óculos de proteção – Para evitar situações como essa, o médico recomenda consultar um oftalmologista anualmente na Unidade Básica de Saúde (UBS), que faz avaliação visual e exame de refração (análise de alteração visual e necessidade de óculos). Casos de doenças mais complexas são encaminhados a serviços de referência.

Outra orientação, válida para todas as idades, é usar óculos com filtros de proteção UVA e UVB (contra radiação ultravioleta) na rua, mesmo em dias nublados. Menos usado, mas também muito importante, são os óculos de proteção, vendidos no comércio por valor acessível. O produto protege os olhos em atividades domésticas e de construção civil, como de pedreiro que lida com britadeira. “É altíssimo o índice de traumas oculares na vida adulta ocasionados por situações simples do cotidiano, que vão desde cortar a unha até colocar um prego na parede. Já operei funcionário que teve perfuração ocular porque usava serra elétrica e tirou os óculos de proteção ocular por um segundo, quando entrou partícula que perfurou o olho”, revela o médico.

Imprensa Oficial – Conteúdo Editorial

Parceria incentiva doação de sangue

Até o dia 20, serão enviados 4 milhões de mensagens de SMS para incentivar a população a doar sangue e, assim, garantir os estoques de bolsas nos hospitais públicos durante as festas de final de ano e período de férias. A campanha da Secretaria Estadual da Saúde em parceria com a operadora de telefonia móvel Claro começou no dia 9 e será encerrada em 15 de janeiro.

Diariamente, cerca de 400 mil torpedos são enviados aos usuários da operadora em todo o Estado de São Paulo para conscientizá-los sobre a importância da doação de sangue e convocá-los a colaborarem com o aumento dos estoques nesta época do ano, que costuma reduzir em média 30% o número de doações.

Campanha de incentivo às doações também foi lançada na Santa Casa de Misericórdia de São Paulo e segue até o dia 15 de janeiro em todo o Estado, com a fixação de pôsteres em ônibus e estações do Metrô.

“A doação de sangue neste período do ano é fundamental para evitar a queda nos estoques. É justamente o período em que há diminuição no número de doações e aumento no número de acidentes e de pessoas que precisam de transfusão em cirurgias emergenciais”, diz Dante Langhi, coordenador da Hemorrede da Secretaria da Saúde.

Imprensa Oficial – Conteúdo Editorial



Dr. Witzel: “Já recebi pacientes com 2 ou 3 graus de miopia e que não usavam óculos”