



# Sociedade de Oftalmologia alerta para doenças que causam perda irreversível de visão e cegueira

**Campanha** Estar atento a sintomas e fazer uma vigilância regular são os apelos feitos pela Sociedade Portuguesa de Oftalmologia à população. Prevenção e tratamento atempado podem evitar 90% dos casos de perda de visão e cegueira

Andrea Trindade

Desde a infância que tem problemas de visão. À miopia e astigmatismo, juntou-se, com o avançar da idade, o glaucoma no olho direito e já foi operada a uma catarata. Usa implante de lentes intraoculares e, para o glaucoma, coloca gotas «de três qualidades diferentes», duas vezes ao dia. Maria Otília, de 61 anos, sabe bem o que é perder capacidade de visão e, por isso, esforça-se por preservar a que ainda tem. Ontem, não hesitou em participar nos testes de avaliação que a Sociedade Portuguesa de Oftalmologia disponibilizou à população, no CoimbraShopping.

Avaliar a existência de algum tipo de erro refrativo, medir a pressão intraocular, examinar através de imagens a retina para identificar possíveis causa de doença foi o que, ao longo do dia, fizeram os médicos oftalmologistas, com equipamentos instalados no centro comercial. Margarida Dias, uma das especialistas, explicou que «patologias com carácter de urgência seriam encaminhadas» e, em situações não urgentes, as pessoas seriam



Centro comercial CoimbraShopping acolheu ação de sensibilização da SPO. Médicos fizeram avaliações e deram aconselhamento

aconselhadas a fazer consulta com médico de família ou o seu oftalmologista.

«A visão é a melhor coisa que nós temos», disse-nos, ainda antes do exame, Maria Otília. Além das consultas no hospital - mais espaçadas do que desejaria - contou que faz por vigiar a tensão ocular e outros sintomas.

Em Dia Mundial da Visão, que hoje se assinala, a SPO alerta a população para cuidar da sua saúde ocular e, precisamente, para estar atenta a sintomas, procurando ajuda sempre que necessário. Glaucoma, retinopatia diabética e degenerescência macular da idade (DMI) são causa de muitos casos de perda irreversível de vi-

são e cegueira que poderiam ser evitados, com a prevenção e o tratamento atempado.

«Esta campanha pretende alertar a população em geral para a ter um especial cuidado com a sua saúde ocular. Informar sobre os sintomas e os sinais de alarme para situações de urgência, mas também sensibilizar para uma vigilância

contínua», refere o presidente da SPO, Rufino Silva.

Entre as doenças mais prevalentes que causam perda irreversível de visão está o glaucoma, a que se costumam referir os especialistas como «ladrão silencioso da visão». A pessoa vai perdendo visão periférica e só se apercebe, muitas vezes, quando o campo de vi-

são já está bastante reduzido. De acordo com o oftalmologista e professor da Faculdade de Medicina de Coimbra, afeta cerca de 7% da população acima dos 40 anos.

Já a retinopatia diabética «é primeira causa de cegueira em Portugal em idade produtiva, ou seja, pessoas com idades entre os 20 e os 70 anos. Em mais de 90% dos casos, a boa prevenção e o tratamento atempado podem evitar a perda da visão», refere Rufino Silva, apontando medidas de controlo da diabetes no seu todo e o diagnóstico precoce da retinopatia diabética.

«Cerca de 85% da informação que recebemos é visual. As pessoas podem fazer o rastreio através do seu médico de família ou oftalmologista. O maior medo que os diabéticos têm é de ficar cegos. Preservando a visão, mantêm-se produtivos e independentes», acrescenta, frisando a importância do diagnóstico e tratamento atempado.

A degenerescência macular da idade (DMI) também conduz a uma perda irreversível de visão se não for tratada em tempo útil. «Se a pessoa tem mais de 55 anos e subitamente começa a ver de forma distorcida de um olho, deve logo procurar o médico», destaca o presidente da SPO, notando que DMI deve ser tratada nas primeiras duas semanas.

A retinopatia diabética afeta mais de 300 mil pessoas em Portugal, 30 mil das quais têm perda de visão, e a DMI afeta 400 mil pessoas, 40 mil das quais com perda de visão. Se juntarmos o glaucoma, ascendem a perto de um milhão as pessoas com doenças que podem levar a cegueira, estima Rufino Silva.

## Mesmo sem sintomas, saiba quando procurar o oftalmologista

**AO LONGO DA VIDA** A saúde ocular é um bem demasiado precioso para que não a cuidemos adequadamente. Estar informado sobre as causas e sintomas das doenças, prevenir e diagnosticar precocemente é fundamental. O presidente da Sociedade Portuguesa de Oftalmologia (SPO), Rufino Silva, lembra que todas as pessoas com glaucoma, degenerescência macular da idade (DMI) e

retinopatia diabética devem ser observadas regularmente pelo seu oftalmologista. No entanto, e porque existem outras doenças que afetam a visão, é importante que, mesmo sem sintomas, ao longo da vida se mantenha uma vigilância oftalmológica.

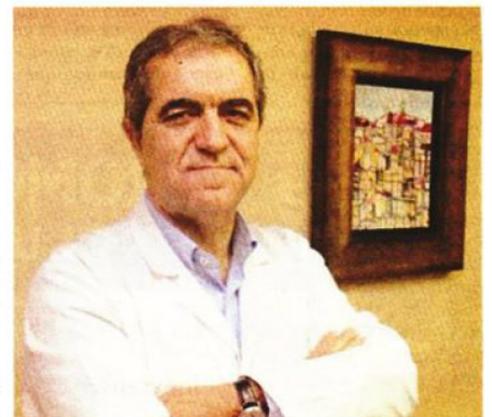
O rastreio de saúde visual infantil, que pode detetar problemas de olho preguiçoso ou ambliopia, deve ser feito entre

os dois e os quatro anos de idade, com devida orientação perante alterações identificadas. Mesmo estando tudo bem e sem queixas, entre os 10 e os 20 anos deve fazer-se outra consulta. «O período até aos 40 anos é, normalmente, de boa saúde ocular, aumentando depois a probabilidade de surgirem doenças», explica Rufino Silva, admitindo a partir dos 40 anos consultas a cada três ou

quatro anos para vigiar a saúde da visão.

O intervalo recomendado de consulta ao oftalmologista vai reduzindo à medida que a idade avança: «a partir dos 65 anos diria que deve ser a cada um ou dois anos e depois dos 75 anos, anual», acrescenta.

«É importante esta vigilância, porque nem sempre estar a ver bem significa ter boa saúde ocular», refere Rufino Silva.



Rufino Silva preside à Sociedade Portuguesa de Oftalmologia