

POR QUE NÓS PISCAMOS

Ao piscar, as pálpebras distribuem o filme lacrimal para que este cubra toda a superfície dos olhos; também serve de estímulo para a produção contínua de lágrimas. Normalmente, devemos piscar de 12 a 15 vezes em 1 minuto.

TRATAMENTO MEDICAMENTOSO

- Os lubrificantes oculares (lágrimas artificiais) são a base da terapia para o tratamento da síndrome do olho seco, estabilizando o filme lacrimal e proporcionando o alívio dos sintomas.
- Outras formas de tratar são através de antiinflamatórios, antibióticos, medicamentos sistêmicos, corticóides tópicos, suplementação alimentar com ômega-3, soro autólogo entre outros procedimentos.
- Em casos graves, é possível recorrer à oclusão da drenagem de lágrimas através de “plugs” ou cirurgicamente, permitindo que elas fiquem em contato com o olho por mais tempo.

Para mais informações,
visite nosso site: www.ccpo.com.br

Dr. Filipe Pereira - CRM/SC 7999

Graduação em Medicina pela Universidade Federal de Santa Catarina.

Residência em Oftalmologia pela Universidade Estadual de Londrina.


Especialização em Plástica Ocular, Vias Lacrimais e Órbita pela Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto - USP.

Mestrado em Oftalmologia pela Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto - USP.


Observational Fellowship em Plástica Ocular, Vias Lacrimais e Órbita na Universidade da Califórnia de San Francisco - UCSF.

CCPO - CLÍNICA CATARINENSE DE PÁLPEBRAS E OLHOS

- ▶ Rua Dom Jaime Câmara, 179, sl 704/705
Centro, CEP 88015-120 Florianópolis- SC
Fone/fax (48) 3028-6644
www.ccpo.com.br // ccpo@ccpo.com.br



OLHO SECO
Entendendo o Olho Seco



CCPO
Clínica Catarinense
de Pálpebras e Olhos
www.ccpo.com.br

O QUE É OLHO SECO

É uma deficiência na quantidade ou na qualidade do filme lacrimal, que acaba levando ao ressecamento da superfície ocular, o que causa sensação de secura, ardência, "areia nos olhos", aparecimento de vermelhidão, fotofobia (sensibilidade à luz) e até mesmo lacrimejamento. O olho seco é, sem dúvida, uma das queixas mais comuns relatadas aos oftalmologistas e é facilmente confundido com outras condições, tais como infecções ou alergias oculares.

QUAIS SÃO AS FUNÇÕES DA LÁGRIMA

- Lubrificar a superfície ocular, evitando o ressecamento da córnea e da conjuntiva.
- Transportar oxigênio e nutrientes para a córnea e para o epitélio da conjuntiva.
- Proteção dos olhos ao eliminar partículas que possam causar irritação ou inflamação.
- Auxiliar na cicatrização.
- Defender o olho contra microorganismos agressores do meio ambiente.

O QUE PODE CAUSAR A SÍNDROME DO OLHO SECO

- Condições ambientais (vento, poeira, ar condicionado, ventilador, clima seco).
- Diminuição na frequência do ato de piscar (atividades em computadores, leitura prolongada, problemas nas pálpebras).
- Envelhecimento (o passar dos anos naturalmente causa uma diminuição da produção de lágrima).
- Desequilíbrio hormonal — principalmente em mulheres após a menopausa.
- Higiene incorreta dos olhos (restos de maquiagem, presença de blefarite — inflamação na base dos cílios).
- Uso de lentes de contato.
- Síndrome de Sjögren é uma doença sistêmica inflamatória crônica, de provável etiologia auto-imune, com distribuição mundial. As glândulas lacrimais e salivares são os principais órgãos afetados pela infiltração linfo-plasmocitária, originando disfunções que desencadeiam quadro clássico de xerofthalmia (olhos secos) e xerostomia (boca seca). Outras glândulas exócrinas também podem ser acometidas como o pâncreas, glândulas sudoríparas, glândulas mucosas dos tratos respiratório, gastrointestinal e uro-genital.

- Efeito colateral de diversas medicações de uso crônico: anti-histamínicos, descongestionantes nasais, psicotrópicos (pílulas para dormir, antidepressivos), diuréticos, bloqueadores e adrenérgicos.
- Cigarro e álcool.
- Evaporação excessiva da lágrima devido doença tireoidiana e meibomite (inflamação das glândulas de meibômio que são as responsáveis pela produção da porção lipídica da lágrima).

O QUE PODE SER FEITO PARA MINIMIZAR OU EVITAR O RESSECAMENTO DOS OLHOS

- Evitar ar condicionado (principalmente próximo a sua saída, não direcioná-lo diretamente no carro, por exemplo).
- Realizar intervalos em períodos prolongados do uso de computador ou leituras.
- Rever medicações que possam estar causando ou agravando ressecamento ocular.
- Uso de umidificadores de ambiente.
- Remover lentes de contato quando sentir olhos muito irritados.