



PASTORAL DA CRIANÇA

Para que todas as crianças tenham vida e a tenham em abundância (Jo 10,10)

Entrevista – Dia da saúde ocular

O Dia Mundial da Saúde Ocular, comemorado em 10 de julho, tem o objetivo de alertar a prevenção e diagnóstico das doenças que atingem a visão que, se não tratadas, podem levar à perda.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), de 60% a 80% dos casos de cegueira, mais de 580 mil só no Brasil, poderiam ser evitados se houvesse diagnóstico médico precoce e tratamento adequado. E, o Conselho Brasileiro de Oftalmologia (CBO), estima que só em nosso país, mais de 250 mil crianças e adolescentes, de 5 a 15 anos, têm dificuldade para enxergar.

A visão é o sentido responsável por mais de 80% das informações que recebemos logo na infância. Portanto, a criança com problemas visuais não diagnosticados pode ter seu aprendizado e desenvolvimento prejudicados.

Por isso, é muito importante estarmos atentos a qualquer sinal de problemas na visão desde cedo. Contrair muito as pálpebras, esfregar os olhos, apresentar vermelhidão, sensibilidade exagerada à luz, reflexo branco no centro do olho, especialmente nas fotos com flash e dores de cabeça constantes são alguns dos sintomas nas crianças que podem indicar dificuldade de enxergar. E se alguém na família tem problemas de visão, a atenção deve ser redobrada.

As oftalmologistas do Hospital de Olhos do Paraná, Dra. Luísa Moreira Hopker, Dra. Ana Carolina Cordeiro e Dra. Dayane Issahó, são nossas convidadas para falar sobre o tema.

ENTREVISTA COM: Dra. Luísa Moreira Hopker, oftalmologista do Hospital de Olhos do Paraná.

Por que é preciso cuidar da saúde dos olhos desde a infância?

É preciso cuidar da saúde dos olhos das crianças, porque a visão se desenvolve na infância primariamente do zero aos seis anos. Então, todas



as doenças que eventualmente afetarem os olhos das crianças nesse período, podem deixar sequelas irreversíveis e a criança pode não atingir todo o seu potencial de visão na vida adulta.

Quais os problemas mais comuns nos olhos das crianças?

Os problemas mais comuns que se observa em crianças são a hipermetropia, a miopia, o astigmatismo, o estrabismo, doenças das vias lacrimais também, que é o canalzinho da lágrima entupido e existem outros problemas mais raros como tumores, malformações, que todos eles podem ser diagnosticados através dos exames oftalmológicos.

Quais são as causas dessas doenças?

A principal causa, por exemplo, de estrabismo na infância é a alta hipermetropia que causa o estrabismo acomodativo. Também existe um estrabismo chamado exotropia intermitente, que é por causa de um desequilíbrio da musculatura extraocular e existem outros tipos de estrabismo um pouco mais raros. Já o entupimento do canal da lágrima é por causa de uma válvula que não abre nos primeiros dias de vida e existem outras doenças como as conjuntivites, que são causadas por bactérias ou por vírus.

ENTREVISTA COM: Dra. Ana Carolina Cordeiro, oftalmologista do Hospital de Olhos do Paraná.

Como é possível prevenir alterações visuais na criança já durante a gestação?

O cuidado da saúde ocular começa na gravidez, durante o pré-natal que deve ser iniciado nos três primeiros meses de gestação, evitando assim muitos problemas de visão do filho que vai nascer. Grande parte das doenças que causam cegueira infantil podem ser evitadas ou tratadas. E é no Pré-natal que a mãe terá as informações necessárias sobre os cuidados com a alimentação, por exemplo, evitando assim contágio com toxoplasmose, que é uma doença que pode gerar um grave comprometimento visual. Também terá orientação sobre higiene pessoal, comportamento sexual e exames de rotina. A saúde ocular do bebê deve ser garantida desde essa fase.



Como as doenças sexualmente transmissíveis podem afetar a visão da criança?

Algumas doenças sexualmente transmissíveis podem ocasionar doenças oftalmológicas graves no bebê. Um exemplo é a sífilis, que pode ser transmitida em qualquer momento da gestação e também em qualquer estágio da doença em gestantes não tratadas ou inadequadamente tratadas. No bebê causa uma opacidade na córnea, que é a principal manifestação, mas também pode ocasionar neurite óptica e alterações de fundo de olho. Ainda na gestação, outro exemplo de doença sexualmente transmissível é o herpes genital que, normalmente, o maior risco de contágio é no canal de parto.

O que o SUS oferece para detectar, prevenir, tratar ou curar deficiências visuais nas crianças?

O SUS oferece desde o atendimento Pré-natal, que é fundamental para evitar várias doenças dessas citadas e também para o diagnóstico precoce de tantas outras. Após o nascimento, ainda na maternidade, o Teste do Olhinho, que também é ofertado pelo SUS. Oferece, ainda, consultas especializadas oftalmológicas, tratamentos cirúrgicos e clínicos específicos para a quase totalidade das doenças oftalmológicas da infância.

ENTREVISTA COM: Dra. Dayane Issahó, Oftalmologista pediátrica do Hospital de Olhos do Paraná.

O que é o teste do olhinho e para que serve?

O Teste do Olhinho, também conhecido como o Teste do Reflexo Vermelho, é um exame rápido, indolor, sem riscos e que deve ser realizado de rotina em todos os bebês ainda na primeira semana de vida. É um teste de triagem que vai investigar algumas doenças mais graves, algumas patologias oculares graves como catarata congênita, glaucoma congênito, tumores ou inflamações intraoculares, hemorragias e malformações que possam comprometer o desenvolvimento visual ou mesmo a vida da criança. Mas é importante frisar que o Teste do Olhinho não substitui a consulta oftalmológica de rotina pela qual todos os bebês devem passar no primeiro ano de vida. Nessa consulta de rotina com o oftalmologista, o oftalmopediatra vai fazer a dilatação das pupilas, vai detectar a necessidade de óculos, vai verificar a saúde da retina, do nervo óptico, identificar estrabismo, ou qualquer outra alteração que comprometa o desenvolvimento da visão.



Quais cuidados os pais precisam ter com a criança para ajudar a prevenir problemas visuais?

Bom, a primeira mensagem é a consulta oftalmológica de rotina, para que a gente possa detectar e tratar precocemente qualquer problema visual. Claro que existem alguns cuidados e o principal cuidado que nós recomendamos é limitar o tempo de eletrônicos. A gente recomenda que crianças de até dois anos não tenham contato com telas. Entre dois e cinco anos, que esse contato seja de até uma hora por dia; e, acima de cinco anos, evitar que seja mais do que duas horas por dia. Esse é o principal cuidado que nós podemos ter para evitar problemas visuais nas crianças.

É necessário que os pais levem a criança ao oftalmologista, mesmo que ela não apresente problema de visão? E com qual frequência?

É necessário sim que a criança faça consultas oftalmológicas, mesmo que não tenha nenhuma queixa visual. A primeira consulta de rotina já é recomendada entre seis e 12 meses de vida e, a partir daí, a frequência vai depender dos achados do primeiro exame. Mas nós recomendamos uma outra consulta, próximo dos três aninhos, próximo dos cinco e na época de alfabetização. Por que isso? Porque na maioria das vezes se a criança tem algum problema visual, ela não vai manifestar dificuldade e, às vezes, o diagnóstico tardio pode acarretar uma seqüela para a visão para o resto da vida.

Como os pais podem perceber se a criança tem algum problema de visão?

Existem alguns sinais que devem fazer com que você fique atento, como por exemplo, se seu filho cai ou esbarra nas coisas com muita frequência, se ele pisca muito, se ele não tem muito interesse por atividades que requeiram esforço visual como leitura, tablet, se ele apresenta muita sensibilidade na claridade, coça os olhinhos com frequência, se aproxima muito para assistir televisão, se queixa constantemente de dores de cabeça ou dores nos olhos, ou se apresenta alguma dificuldade no aprendizado ou baixo rendimento na escola.

Qual é a sua mensagem para o Dia da Saúde Ocular?

Como mensagem para o Dia da Saúde Ocular eu digo: prevenir é sempre a melhor solução. É muito melhor a gente conseguir prevenir e detectar precocemente e assim garantir um bom desenvolvimento visual dos pequenos. Então, mantenha as consultas oftalmológicas dos seus pequenos em dia.

(MENSAGEM)

Irmã Veneranda da Silva Alencar, Coordenadora Nacional da Pastoral da Criança.

O que a Pastoral da Criança orienta sobre a importância de cuidar da saúde dos olhos das crianças?

A Pastoral da Criança orienta que os cuidados com a saúde dos olhos devem começar ainda no pré-natal, quando é possível descobrir e controlar algumas doenças nas gestantes que colocam em risco a visão da criança. Então, a primeira coisa é fazer um bom pré-natal com as consultas e os exames necessários. Depois que o bebê nasce, existem outros exames que o bebê precisa fazer como o teste do olhinho, por exemplo, e outros. Nas visitas às famílias, os líderes da Pastoral da Criança orientam os pais sobre alguns sinais que mostram que o bebê ou a criança pode estar com algum problema de visão. Por exemplo, quando o bebê tem dificuldade de acompanhar um gesto ou um movimento que os pais fazem, ou quando a criança já é um pouco maior e tem dificuldade de aprender a ler e escrever, tem baixo rendimento na creche ou escola, tem dor de cabeça constante e outros. Tudo isso pode ser um sinal de que a criança não está enxergando direito. Os líderes também orientam sobre os perigos que o uso excessivo de televisão, computador, celular e outros, pode trazer para os olhos das crianças. Eles também orientam que brincar ao ar livre ajuda a prevenir algumas doenças dos olhos.

(TESTEMUNHO)

Maria José Veiga Salviano, Líder da Pastoral da Criança na Paróquia de Nossa Senhora Aparecida do Janga, em Paulista, Pernambuco.

Como vocês, líderes da Pastoral da Criança, orientam as famílias sobre a importância de cuidar da saúde dos olhos das crianças?

Aos dois ou três meses, a criança gosta de brincar com as mãos no rosto das pessoas. Para isso, orientamos os pais a movimentarem objetos ou eles mesmo se movimentarem devagar em frente à criança e observar se ela segue esse movimento. Isso mostrará se ela tem uma visão perfeita.