

Evite a síndrome do olho seco

E a sensação de estar com areia nos olhos, peso nas pálpebras, olhos vermelhos, embaçamento da visão ao fazer algum tipo de esforço visual e sensibilidade à luz aumentada? Quem apresenta algum destes sintomas deve ficar atento e procurar o oftalmologista, pois pode estar sofrendo com a síndrome do olho seco, que na verdade, é uma deficiência na qualidade e/ou na quantidade de lágrima que o organismo produz.

No verão, qualquer pessoa pode apresentar os sintomas da doença por várias causas que vão desde ambiente seco com muito vento ou situações extremas de temperatura. Usuários de computadores que, em frente ao monitor, diminuem o reflexo do piscar também podem ser vítimas da doença. O uso inadequado de lentes de contato e algumas cirurgias oculares ou de pál-

“O cloro utilizado para higienizar as piscinas podem provocar lesões, irritações ou inflamações nos olhos das crianças, que costumam desaparecer depois de algumas horas.

MARIA JOSÉ CARRARI, OFTALMOLOGISTA

pebra também podem causar a síndrome ou induzi-la, ainda que temporariamente.

A síndrome do olho seco não escolhe seus alvos por sexo, apesar das alterações hormonais femininas geradas na pós-menopausa podem ser fatores desencadeantes do seu

surgimento. Tabagismo e distúrbios alimentares também podem levar ao aparecimento do problema. “Entretanto, pessoas com doenças inflamatórias como reumatismo, doenças hormonais como diabetes mellitus ou distúrbios da tireóide apresentam a síndro-

me do olho seco com mais frequência. Preventivamente, estes grupos devem procurar o oftalmologista, pelo menos uma vez por ano, para prevenir complicações”, alerta a oftalmologista Sandra Falvo.

As lágrimas representam o mecanismo natural do organismo para proteger a superfície ocular contra infecções e efeitos maléficos da sujeira e da poeira. Elas ajudam a estabilizar a superfície corneana para que a visão permaneça clara e sem distorções. “Uma produção adequada de lágrimas é importante para a manutenção da saúde, do conforto e da capacidade de controle de infecções do olho”, afirma Maria José Carrari. “Quando o organismo não produz lágrimas suficientes para realizar essas funções, é necessário usar colírios, sob orientação médica, que ajudem a umidificação dos olhos”, diz a especialista.