SAÚDE VISUAL: USO DE ÓCULOS APÓS OS 40 ANOS

Autor(res)

Maria Das Graças Bezerra Barreto
Antonia Emanuely Silva De Oliveira Santos

Categoria do Trabalho

Iniciação Científica

Instituição

UNOPAR / ANHANGUERA - EAD

Resumo

É muito comum conhecermos pessoas, ou sermos essa pessoa, que passou boa parte da vida sem usar óculos e após os 40 anos, sentiu dificuldades visuais e teve que aderir ao uso de correção. Isso ocorre devido o aparecimento da presbiopia, que é popularmente chamada de vista cansada. Afinal, o que é a Presbiopia? Ela é uma alteração natural da visão.

A presbiopia está diretamente ligada à elasticidade do cristalino (que é a lente natural do nosso olho). Podemos comparar o funcionamento do cristalino com a lente de uma câmera, sabe aquele movimento de “vai e vem” que a mesma faz para produzir uma imagem nítida? É assim que funciona o cristalino. Com o passar dos anos esse movimento vai diminuindo causando a presbiopia, conhecida como vista cansada.

Alguns hábitos podem antecipar a presbiopia, são eles: Menopausa precoce (nas mulheres), fumo, álcool, exposição a altas temperaturas, trauma, uso de ansiolítico, antidepressivo, antipsicótico, diabetes, doença vascular e por último, o mais comum, passar muitas horas olhando para as telas do computador, tablet ou smartphone.

Sintomas da presbiopia, a seguir:

– Dificuldade para conseguir enxergar/focar imagens e letras menores;

– Visão turva ao precisar ler algo que esteja em distância normal;

– Dor de cabeça após realizar tarefas que envolvam a visão de perto;

– Precisar de mais luz quando for enxergar para perto;

– Necessidade de afastar algo que se está lendo;

– Desconforto e ardor nos olhos.

Tratamentos para corrigir a presbiopia:

Cirurgia: É um procedimento realizado conforme o caso de cada paciente e da sua prescrição médica. Portanto, a cirurgia costuma ser rápida e precisa, mas sua complexidade pode variar de pessoa para pessoa.

Lentes de contato: Tem a mesma função dos óculos, só que elas exigem muito mais cuidados, principalmente relacionado à limpeza para evitar qualquer problema no glóbulo ocular. É uma ótima alternativa para quem não gosta de usar óculos ou uma possiblidade a mais para quem usa óculos no dia a dia e quer mudar o visual para sair.

Óculos: No mercado existem varias marcas de lentes progressivas, com um corredor visual adequado para cada tipo de pessoa e suas respectivas atribuições diárias.

Efetuem as mudanças de hábitos necessários e usufrua o melhor de sua visão!

Link do Video

https://www.youtube.com/embed/L_3_Jc7WsZc