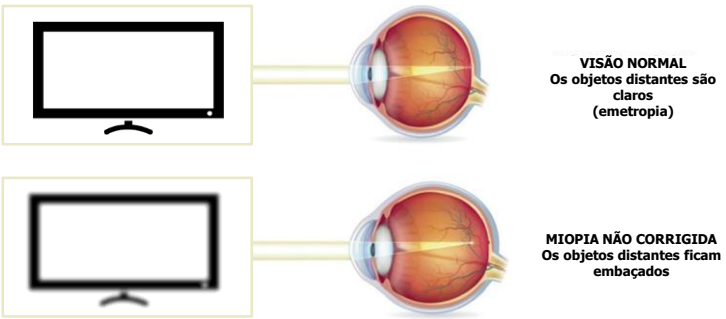
Seu (sua) filho(a) e a Miopia

O que é a miopia?

A miopia, também conhecida como "dificuldade de enxergar de longe", é uma condição comum do olho que faz com que os objetos à distância (tais como a TV e a lousa na escola), pareçam embaçados, enquanto os objetos próximos são vistos claramente.

A miopia ocorre quando o olho é mais alongado, ou porque a córnea (a frente do olho) é mais curva do que o normal. Como resultado, ao ver objetos distantes, os raios de luz têm foco na frente da retina (a parte posterior do olho), fazendo com que a aparência daqueles objetos pareça estar embaçada.



Nos últimos anos, pesquisas têm demonstrado que a genética e fatores ambientais podem influenciar a miopia. Por exemplo, é mais provável que as crianças sejam míopes se seus pais também são míopes. Além disso, as crianças e adolescentes estão passando cada vez mais tempo frente a dispositivos digitais e menos tempo ao ar livre, onde eles poderiam receber os benefícios da luz do sol para a visão.

A miopia dos meus filhos vai piorar?

Cada criança é diferente. O estilo de vida, histórico familiar e a idade, influenciarão na maneira em que a miopia se agravará ao longo do tempo. Você pode ajudar, estimulando a criança a:

- Evitar passar longos períodos estimulando tarefas que exigem mais da visão de perto, como o uso de dispositivos digitais
- Passar pelo menos 90 minutos por dia ao ar livre, à luz do sol.

Se a criança começar a demonstrar sinais da miopia cedo, é provável que possa agravar com o tempo. Isso significa que provavelmente ela será dependente de lentes de contato e/ou óculos, para enxergar no cotidiano.

O que é o Tratamento de Controle da miopia?

Os óculos convencionais ou as lentes de contato proporcionam uma visão clara. O controle da miopia é diferente, pois tem como objetivo reduzir o crescimento excessivo dos olhos e, consequentemente, diminuir a progressão da miopia ao longo do tempo.

Existem produtos específicos para fazer o tratamento de Controle de Miopia em crianças, como lentes de contato, óculos e colírio para os olhos. O(A) oftalmologista poderá avaliar e discutir a opção mais apropriada, com base na idade, grau de miopia e seu estilo de vida.

A miopia ainda pode aumentar, mesmo se a criança aderir ao tratamento de Controle da Miopia.

Por que o meu oftalmologista aconselhou o Tratamento de Controle da Miopia?

Pesquisas têm demonstrado que a miopia está aumentando em todo o mundo. As crianças estão se tornando míopes cada vez mais cedo com graduações cada vez mais altas. É importante que o(a) oftalmologista explique a você as opções disponíveis para seu(sua) filho(a).

As principais razões para considerar o Tratamento de Controle da Miopia são:

- Prescripciones potencialmente más bajas en la edad adulta
- Lentes de gafas más delgadas y ligeras.
- Menos visión borrosa sin gafas ni lentes de contacto.
- Puede evitar limitaciones en la elección de carrera, donde la buena visión es esencial.
- Resultados más predecibles para la cirugía refractiva para corregir la visión si esto es importante para su hijo en el futuro.

Quais opções existem para o Tratamento de Controle da Miopia?

O(A) oftalmologista pode conversar sobre as opções disponíveis para seus filhos e oferecer recomendações:

Lentes de contato hidrofílica (ex. dual focus e multifocal): Essa é a opção ideal para a maioria das crianças com estilos de vida ativos, e que poderiam beneficiar-se da liberdade de não usarem óculos. As lentes de contato hidrofílicas geralmente são fáceis de manusear e são bem aceitas pelas crianças. Seu Oftalmologista recomendará quantas horas por dia elas devem ser usadas

Lentes de contato Dual Focus: As lentes de contato dual focus foram desenvolvidas para as crianças e indicadas para tratamento de controle da miopia.

Lentes de contato multifocais: Algumas lentes de contato multifocais podem ser indicadas para o Tratamento de Controle da Miopia. Eventualmente, o(a) oftalmologista também pode recomendar lentes de contato multifocais que não são aprovadas para o Tratamento de Controle da Miopia (também conhecidas como opções off label), com base em pesquisas científicas.

Ortoceratologia (Ortho-k): Lentes de contato rígidas permeáveis aos gases (RGP). As lentes de ortoceratogia atuam como um 'molde' para o olho e aplanam sutilmente a córnea durante a noite, enquanto o usuário dorme. Isso fornece uma visão clara todo o dia, sem precisar do uso de óculos ou de lentes de contato. Essa é a opção ideal para crianças que preferem estar livres de usar óculos ou lentes de contato durante o dia, por exemplo, ao nadarem. A adaptação das lentes de ortho-k requer várias consultas de acompanhamento ao longo do primeiro mês e, para um máximo efeito do tratamento, é importante que sejam utilizadas durante toda a noite.

Óculos para Controle da Miopia: As lentes de óculos desenvolvidas para o controle da miopia diferem em desenho das lentes de óculos convencionais. Elas podem ser utilizadas como uma opção independente, ou em dias em que não é conveniente usar lentes de contato. Os óculos também são uma boa opção para as crianças que se sentem preocupadas ou não aptas para usar lentes de contato. O(a) oftalmologista vai recomendar quantas horas por dia elas devem ser utilizadas.

Gotas oculares de atropina: Atualmente, os colírios de atropina não estão amplamente disponíveis.

Esse colírio (aplicado em ambos os olhos, à noite) não corrige a visão e deve ser utilizado junto aos óculos ou às lentes de contato, durante o dia. O uso da atropina algumas vezes é chamado de "terapia combinada", com pesquisas ainda em processo.

Para maximizar as chances de sucesso, o(a) oftalmologista pode solicitar consultas regulares de acompanhamento. O(A) oftalmologista pode também sugerir uma opção diferente de tratamento para Controle de Miopia, ao longo do tempo, com base nos desenvolvimentos das pesquisas mais recentes.

Outras considerações:

Muito embora as complicações e infecções dos olhos, devidas ao uso de lentes de contato, sejam raras, elas podem ocorrer. Pesquisas têm demonstrado que as crianças muito pequenas têm taxas muito baixas de infecções oculares, tanto com lentes de contato hidrofílicas, quanto com as lentes de ortho-k. O risco de infecções ou complicações dos olhos pode ser minimizado mantendo práticas estritas de higiene e seguindo a orientação do(a) oftalmologista. Não existem riscos de infecção conhecidos que são associados ao uso de óculos, entretanto os óculos devem ser evitados ao realizar atividades de contato e esportes. Com o colírio atropina, as pesquisas demonstram que pode haver um risco de efeito rebote quando o tratamento é suspenso (particularmente com doses mais altas).

No momento de desenvolvimento desta literatura, existem menos evidências clínicas de longo prazo pelo uso da atropina, comparadas com outras intervenções de tratamento de controle da miopia.

Recursos adicionais:

Por favor, consulte a guia da BCLA para lentes de contato, para mais conselhos e informações sobre como usar e cuidar suas lentes de contato.

CooperVision®

Este recurso fue apoyado por un subsidio educativo de CooperVision