

OLHO SECO EM PORTUGAL: TECNOLOGIA E INOVAÇÃO NO COMBATE AO DESCONFORTO OCULAR

O primeiro Centro Integrado de Olho Seco foi inaugurado em 2018 pela Clinsborges em Portugal. Que inovações tecnológicas e tratamentos emergentes têm sido aplicados no vosso centro?

A Clinsborges inaugurou em 2018 o primeiro Centro Integrado de Olho Seco (CIOS) em Portugal, evidenciando a nossa preocupação com a ascensão vertiginosa da utilização de aparelhos digitais e excessiva exposição diária aos mesmos, fatores que têm contribuído para o agravamento desta condição. Atualmente, quase 2 milhões de portugueses sofrem dor ou desconforto ocular devido ao olho seco.

Diante desse cenário, o nosso objetivo é colmatar essa alta incidência através do CIOS, procurando constantemente estar na vanguarda das inovações tecnológicas e tratamentos emergentes. No que diz respeito ao diagnóstico, destacamos o Keratograph 5M e o Tearlab.

Esses equipamentos de diagnóstico representam um grande valor agregado para obter informações precisas sobre a condição do paciente. Para melhor compreensão das suas funcionalidades, explicarei um pouco sobre cada um:

Keratograph 5M:

- Equipamento de topografia corneana que oferece imagens de alta resolução e detalhadas da córnea.
- Permite análise precisa do filme lacrimal, auxiliando no diagnóstico do olho seco.
- Avalia a qualidade e estabilidade da camada lipídica do filme lacrimal.
- Facilita o planeamento de tratamentos personalizados, de acordo com as necessidades específicas de cada paciente.

Tearlab:

- Sistema de diagnóstico rápido e eficiente que mede a osmolaridade do filme lacrimal.
- Identifica a presença e a gravidade do olho seco.
- Fornece resultados em poucos segundos, permitindo um diagnóstico mais ágil e eficaz.
- Pode ser usado para monitorar a eficácia dos tratamentos prescritos.

No Centro Integrado de Olho Seco (CIOS) da Clinsborges, além do diagnóstico preciso, também nos concentramos em oferecer tratamentos eficazes e inovadores para o olho seco. Os destaques incluem o ThernaEye Plus (IPL - Luz Intensa Pulsada) e o Endoret-PRGF.

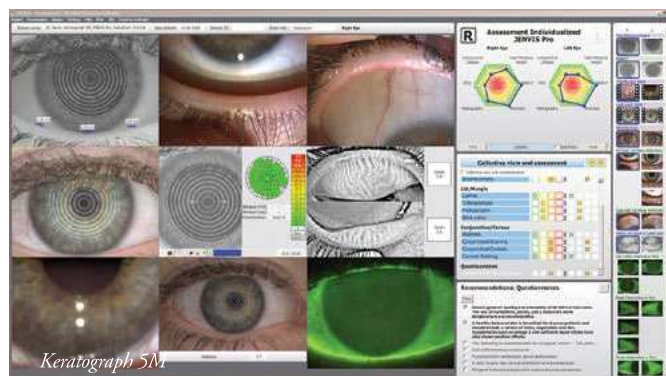


J. Salgado-Borges, MD, PhD, FEBO
 Diretor Clínico da Clinsborges, Embaixador em Portugal do TFOS
 (Tear Film & Ocular Surface Society) e Membro da EUDES (European Dry Eye Society)
www.clinsborges.pt / www.salgadoborges.com

Aqui partilho mais informações sobre cada tratamento:

ThernaEye Plus (IPL - Luz Intensa Pulsada):

- Tratamento não invasivo que utiliza tecnologia de luz intensa pulsada (IPL) para tratar o olho seco.
- Estimula a produção de lágrimas e a função das Glândulas de Meibómio, melhorando a qualidade do filme lacrimal.
- Ajuda a reduzir a inflamação ocular e a melhorar os sintomas de olho seco.
- Pode ser combinado com outros tratamentos para resultados mais eficazes.



Centro Integrado de Olho Seco (CIOS)
 Dê aos seus olhos o conforto e saúde que merecem!
Marque já a sua consulta 22 202 6669
 (chamada para rede fixa nacional)
 Av. Rodrigues de Freitas 407-409 PORTO . www.clinsborges.pt

Endoret-PRGF (Plasma Rico em Fatores de Crescimento):

- Tratamento regenerativo baseado no uso do próprio plasma sanguíneo do paciente, enriquecido com fatores de crescimento.
- Estimula a regeneração celular e a cicatrização, melhorando a saúde da superfície ocular.
- Pode ser utilizado para tratar diversas condições oculares, incluindo o olho seco.
- Potencializa a eficácia de outros tratamentos e promove uma recuperação mais rápida e eficiente.

Desde a inauguração do nosso Centro Integrado, temos trabalhado incansavelmente para oferecer aos pacientes as melhores soluções disponíveis no diagnóstico, prevenção e tratamento do olho seco, seja ele, ligeiro, moderado ou grave, procuramos sempre melhorar a sua qualidade de vida.

Considerando os avanços na área da inovação e investigação em oftalmologia, quais são as tendências e novidades que podemos esperar no futuro próximo no diagnóstico, prevenção e tratamento do olho seco?

Nas reuniões da TFOS e congressos internacionais como a EuDES tenho constatado um crescente interesse e avanço por parte da comunidade oftalmológica, ainda que esta patologia não seja ainda reconhecida como outras doenças oculares, nomeadamente a catarata ou glaucoma. No entanto, posso destacar algumas tendências e novidades que podemos esperar no futuro, relacionado com o diagnóstico, prevenção e tratamento do olho seco, isto graças aos avanços nas diversas áreas competentes de oftalmologia:

- 1. Diagnóstico avançado:** O desenvolvimento de novas tecnologias e técnicas de imagem permitirá diagnósticos mais precisos e rápidos do olho seco, incluindo a avaliação das diferentes camadas do filme lacrimal, a função das Glândulas de Meibómio e a superfície ocular.
- 2. Terapias personalizadas:** Com o aumento do conhecimento sobre os diferentes tipos e causas do olho seco, podemos esperar terapias cada vez mais personalizadas e direcionadas para tratar a causa subjacente da condição do paciente, em vez de apenas procurar aliviar os sintomas como primeira e única abordagem.
- 3. Terapia genética e terapia celular:** O avanço da terapia genética e da terapia celular pode levar ao desenvolvimento de tratamentos inovadores para casos de olho seco causados por disfunção ou dano às células responsáveis pela produção e qualidade das lágrimas.



ThermaEye Plus (IPL)



4. Equipamentos inteligentes: A integração de equipamentos “inteligentes”, como lentes de contato e óculos especiais, pode permitir a monitorização contínua da saúde ocular e o tratamento de condições mais complicadas de forma mais eficaz e personalizada.

Essas tendências e novidades no campo da oftalmologia podem revolucionar a forma como diagnosticamos, prevenimos e tratamos o olho seco, melhorando a qualidade de vida dos pacientes e contribuindo para a saúde ocular global.

Devido ao crescente uso de aparelhos digitais e do tempo que passamos diante de ecrãs, quais as principais medidas preventivas que recomenda para minimizar o risco de desenvolver olho seco e outras doenças oculares relacionadas?

Enquanto médico oftalmologista, é importante enfatizar a necessidade de cuidados adequados com os olhos, especialmente no contexto do uso crescente de aparelhos digitais e do tempo despendido em frente aos ecrãs. Algumas das medidas preventivas que recomendo frequentemente para minimizar o risco de desenvolver olho seco e outras doenças oculares relacionadas são:

1. **Regra 20-20-20:** A cada 20 minutos, faça uma pausa de 20 segundos e observe para algo a cerca de 20 passos de distância, mais ou menos 6 metros. Isso ajuda a reduzir a fadiga ocular e a tensão causada pelo uso prolongado dos ecrãs.
2. **Ajustar o ecrã:** Certifique-se de que o ecrã do aparelho está posicionado a uma distância confortável e a um ângulo que reduza o esforço nos olhos. Ou seja, o ecrã deve estar levemente abaixo do nível dos olhos e a cerca de 50-60 cm de distância.
3. **Iluminação adequada:** Evite trabalhar em ambientes com pouca luz ou com muita luz solar direta. A luz natural ou uma luz ambiente suave é a melhor opção para reduzir o reflexo e a tensão nos olhos.
4. **Controlar o brilho e contraste:** Ajuste o brilho e o contraste do ecrã para um nível confortável, evitando o excesso de brilho ou a dificuldade em ler textos com pouco contraste.
5. **Piscar os olhos com frequência:** Piscar ajuda a manter os olhos húmidos e a prevenir o ressecamento. Lembre-se de piscar regularmente, especialmente ao usar aparelhos digitais.
6. **Manter-se hidratado:** Beber água suficiente ao longo do dia ajuda a manter a hidratação geral do corpo e contribui também para a saúde ocular.
7. **Lágrimas artificiais:** Se sentir que os seus olhos estão secos ou cansados, pode usar lágrimas artificiais sem conservantes e de venda livre para ajudar a aliviar o desconforto e manter os olhos lubrificados.

8. Fazer exames oculares regularmente: Visitar um médico oftalmologista regularmente ajuda a identificar problemas precocemente e a garantir que os seus olhos estejam saudáveis.

Ao seguir estas dicas, pode ajudar a reduzir o risco de desenvolver olho seco e outras doenças oculares relacionadas, pelo uso excessivo dos aparelhos digitais e tempo gasto em frente aos ecrãs.

Em relação à situação em Portugal, como avalia o nível de conhecimento e conscientização da população sobre o olho seco?

Em Portugal, o nível de conhecimento e conscientização da população sobre o olho seco tem aumentado gradualmente. Apesar de só recentemente o olho seco ter começado a ganhar maior relevância e reconhecimento da sua prevalência, já há 20 anos, organizamos em Santa Maria da Feira uma Reunião Científica sobre Olho Seco e Alterações da Superfície Ocular Externa. Este evento, que contou com a presença de mais de 100 participantes, demonstra o compromisso em debater esta condição e aumentar a conscientização sobre o assunto. No entanto, é fundamental continuar a informar e educar a população, assim como os profissionais de saúde, sobre a importância do diagnóstico e tratamento do olho seco. À medida que a conscientização aumenta, espera-se que o acesso e as opções de diagnóstico e tratamento continuem a evoluir e a melhorar em Portugal, garantindo o melhor atendimento possível aos pacientes.

Na Clinsborges, sabemos que o olho seco é uma das áreas de especialidade. No entanto, gostaríamos de saber quais as outras áreas relevantes são tratadas e abordadas na vossa clínica. Poderia dar-nos uma visão geral das especialidades e serviços oferecidos aos pacientes?

A nossa clínica oftalmológica, existe desde 1992 e tem como compromisso proporcionar um serviço integrado e de excelência no diagnóstico e tratamento de diversas doenças oculares. Ainda que sejamos pioneiros e especialistas no diagnóstico e tratamento do olho seco, também atendemos a uma ampla gama de pacientes que necessitam de cirurgia de catarata e refrativa. Ao longo dos anos, já realizamos mais de 14.000 procedimentos cirúrgicos nessas áreas. Similarmente, outros campos de atuação importantes na Clinsborges incluem o ceratocone, o glaucoma, a diabetes ocular, a oftalmologia pediátrica, a cirurgia estética e reconstrutiva ocular. Em conclusão, atendemos tanto pacientes particulares quanto aqueles vinculados a diversos sistemas de saúde e seguradoras, sempre mantendo o foco na qualidade e eficiência dos nossos serviços.



HYLO®

HYLO DUAL® HYLO DUAL INTENSE®

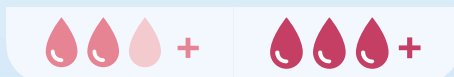
A combinação única de **ácido hialurónico** e **ectoína** natural.
Hidratação, proteção do olho seco e alívio dos sintomas inflamatórios.

NOVAS
EMBALAGENS



MODO DE AÇÃO DUPLO

SECURA OCULAR MODERADA OU GRAVE
SEM CONSERVANTES E SEM FOSFATOS



- ✓ Hidratação moderada do olho seco
- ✓ Alívio das reações inflamatórias e alérgicas

- ✓ Hidratação intensiva e duradoura do olho muito seco
- ✓ Alívio sustentado dos sintomas inflamatórios

Hylo Dual® e Hylo Dual Intense® (Dispositivos médicos). Soluções estéreis sem conservantes para uso ocular. Não conserve o frasco mais de 6 meses após a primeira abertura. Manter fora da vista e do alcance das crianças. Leia cuidadosamente a rotulagem e as instruções de utilização. Para mais informações contacte a Ursapharm: Av. Dom João II, 20 - 1º, 1990-091, Lisboa, info@ursapharm.pt / www.ursapharm.pt

HYLO CARE®

URSAPHARM