



## **Os traumatismos oculares podem ser evitados Portugal**

*Por Dr. Rufino Silva, Médico Oftalmologista  
Professor Associado Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra  
Diretor Clínico: CLIORS Lda.*

Celebre as festividades em segurança. Os acidentes acontecem e pode não ser apenas aos outros. Abrir uma garrafa de champanhe ou espumante não necessita de ser seguido de uma ida às urgências. Não agite a garrafa e não deixe sair livremente a rolha. São frequentes os acidentes devidos ao impacto direto da rolha no globo ocular quando a garrafa é aberta desta forma. E as consequências são muitas vezes graves com perda irreversível de visão.

E se vai para a neve evite as queimaduras por raios ultravioletas. Use os óculos de proteção ou acaba o dia na urgência. Se vai fazer desporto use a proteção adequada como por exemplo óculos na piscina ou no paintball ou capacete no boxe.

E os acidentes de viação causam com frequência traumatismos oculares. É importante usar sempre o cinto de segurança.

Com as crianças são mais comuns os acidentes com objetos pontiagudos, com substâncias causticas, as contusões e as queimaduras. Não maior parte das vezes em ambiente familiar. E estes acidentes podem e devem ser evitados: - Deixe sempre tachos ou panelas com água a ferver fora do alcance da criança. - Guarde bem os detergentes, soda caustica, lixívia assim como os medicamentos em armários altos e fechados de forma a que a criança não possa aceder a eles. - Não deixe a criança brincar com brinquedos ou com objetos pontiagudos capazes de perfurar o globo ocular. Da mesma forma é importante colocar protetores nas esquinas dos móveis. - As plantas pontiagudas ou com espinhos como por exemplo cactos devem estar fora do alcance das crianças.

E se tem animais deve ter em atenção duas coisas: os animais domésticos podem causar lesões. O cão pode morder, o gato pode arranhar, a ave pode picar, muitas vezes com envolvimento dos olhos. E os animais podem transmitir doença, como por exemplo a toxoplasmose ou a doença da arranhadura do gato, que podem dar perda grave de visão e por vezes irreversível. É importante lavar bem as mãos depois de brincar com os animais.

E não se esqueça que os traumatismos fechados - com impacto violento e sem ferida perfurante no globo ocular - podem dar lesões nas estruturas internas do olho sem que se note nada externamente.

Qualquer traumatismo que envolva os olhos deve ser examinado por um médico oftalmologista, que poderá determinar se o olho foi afetado e qual o tratamento que necessita de ser efetuado.

Lembre-se sempre: a prevenção é o melhor tratamento.