

Médicos alertam sobre riscos para a saúde ocular durante o carnaval

<https://dokimasia.com.br/wp-content/uploads/2024/02/sude.mp3>

Uso de óculos e chapéus e viseiras é recomendado por especialistas

O Conselho Brasileiro de Oftalmologia (CBO) recomenda aos foliões cuidados e atenção especiais aos olhos durante o carnaval para evitar prejuízos à visão, protegendo os olhos contra queimaduras químicas, por exemplo, além de traumas e infecções.

Segundo a médica Elisabeth Guimarães, que faz parte da Comissão Científica do CBO, durante as festas carnavalescas, muitas pessoas excedem no consumo de drogas e álcool, acabam perdendo um pouco a consciência e se expõem a riscos que vão desde traumas oculares até o envolvimento em brigas que podem resultar em traumas faciais e evoluir para danos oculares. Todo cuidado é pouco, disse a especialista, em entrevista à **Agência Brasil**.

Nos blocos carnavalescos, as pessoas se expõem muito ao sol forte do verão, destacou a médica, aconselhando o uso de viseiras, bonés e chapéus para proteger os olhos. “Todos são muito bem-vindos. Hoje em dia, a indústria os fabrica com tecidos que já vêm com proteção UV”. Além disso, os óculos escuros são indispensáveis. “Mesmo que não combinem com a fantasia, a pessoa deve usar”, para ter proteção garantida dos olhos.

Outra questão importante são os filtros solares que as pessoas passam no corpo e no rosto. Deve-se dar preferência àqueles produtos que são formulados para quem pratica esportes, porque a pessoa sua, mas o produto não vai escorrer, nem entrar no olho. Pode ser usado também o protetor facial em bastão que não derrete no olho.

Maquiagem

Elisabeth recomendou que os foliões evitem contato principalmente com *sprays* de espuma, que podem ser extremamente irritantes para os olhos. Se houver contato desse produto com

Médicos alertam sobre riscos para a saúde ocular durante o carnaval

o olho, a orientação dos oftalmologistas é que a pessoa lave abundantemente o local com água potável ou água mineral. Se a pessoa tiver condições e houver uma farmácia disponível, compre soro fisiológico novo, porque o soro fisiológico aberto se contamina com muita facilidade devido ao calor ambiente.”

Deve-se lavar o olho até tirar todo o resíduo. Se a dor persistir e o olho continuar vermelho, a pessoa deve procurar imediatamente um pronto-socorro, de preferência oftalmológico, para que haja um exame adequado, disse a especialista.

Quanto à maquiagem, que no carnaval costuma ser mais elaborada, com uso de muita sombra, cílios postiços e *glitter*, a recomendação é que ter cuidado com a cola que, em quantidade errada, pode escorrer para os olhos e queimar a córnea. Também não se pode esquecer de remover completa e adequadamente a maquiagem.

A atenção deve ser redobrada com os cílios que estão na moda, que são feitos de LED e grudam na pálpebra. “Aquilo tem alguns inconvenientes. Por ser um negócio que fica piscando, as pessoas têm curiosidade de por o dedo e isso pode levar micro-organismos para o olho, principalmente no meio de uma folia. Há risco de disseminação de conjuntivite, porque é muita gente junta, é multidão, é mão suja”, ressaltou a médica. Deve-se evitar levar a mão à face, principalmente nos olhos, para não pegar vírus e bactérias gratuitamente. Elisabeth Guimarães destacou que muitos desses cílios são importados, alguns têm procedência duvidosa e podem trazer problemas.

Como o carnaval é época de brilho, a maioria dos foliões gosta de caprichar no uso do *glitter*. Quando ele tem partículas grandes, se cai no olho, é de mais fácil identificação. Segundo a médica, o problema é o *glitter* pequeno, semelhante à areia. “Aquilo se desloca mais facilmente para dentro do olho. Se isso acontecer, a orientação é a mesma da espuma: lavar abundantemente. Se perceber que tem ainda coisa grudada no olho, não tente remover porque, às vezes, a tentativa e a emoção podem causar uma lesão na córnea, e isso é caso de pronto-socorro”.

A pessoa pode usar colírios lubrificantes oculares para tentar que a própria quantidade da lágrima seja capaz de expulsar aquele resíduo. “Mas nem sempre isso é possível”, alertou.

Lentes de contato

Sobre as lentes de contato, se forem gelatinosas, podem grudar no olho e desidratar, se o uso for excessivo, disse a médica. “Não se deve dormir com essas lentes, porque o risco de infecção aumenta. E se juntou lente de contato mais maquiagem, essa é uma combinação explosiva na hora de dormir.” Elisabeth aconselha àqueles que usam lentes de contato gelatinosas, a trocá-las pelas descartáveis, de uso diário, durante o carnaval. Tira-se da embalagem para usar e, do olho, vai para o lixo. “É mais saudável para o olho. Isso evita que se reutilize lentes contaminadas ou sujas de resíduos de maquiagem que não saíram com produtos de limpeza.”

Outra dica é pôr as lentes antes de fazer a maquiagem e tirá-las antes de removê-la. Isso evita a contaminação das lentes. “O problema é que algum tipo de resíduo de maquiagem pode ficar na lente e gerar problemas tanto alérgicos quanto infecciosos e irritativos para o olho.” Elisabeth chamou a atenção para outro cuidado: lentes de contato jamais podem ser compartilhadas.

De acordo com a especialista, a lente de contato está em contato íntimo com a córnea, com a lágrima da pessoa, e se torna um dispositivo médico que se contamina a partir do momento em que entra em contato com a lágrima. Sobre as lentes de contato coloridas, que são compartilhadas entre jovens como acessório de fantasia, ela advertiu: “esse tipo de comportamento pode trazer problemas muito sérios, se as lentes forem usadas indevidamente. O mesmo acontece com a maquiagem. Cada um deve ter a sua”, afirmou a especialista.

Outros cuidados

De acordo com o Conselho Brasileiro de Oftalmologia, é preciso evitar abrir os olhos ao mergulhar no mar, em rios ou em piscinas clorificadas e, de preferência, não usar lentes de contato ao cair na água, porque há risco de contaminação por *Acanthamoeba*, uma infecção ocular rara, mas que pode ser grave e causar danos permanentes à visão. Elisabeth Guimarães disse que este é um bicho difícil de diagnosticar e de tratar e que, às vezes, o

Médicos alertam sobre riscos para a saúde ocular durante o carnaval

prognóstico nem sempre é feliz. “Se não se puder evitar estar em um ambiente desses, a opção deve ser por lentes de descartar diário. Olhos não foram feitos para ter contato com água.”

Quanto a pomadas modeladoras de cabelo, a orientação é dar preferência às autorizadas pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), pois muitas são mais baratas e fáceis de encontrar, mas podem conter substâncias causadoras de irritação e até de queimadura química nos olhos.

O CBO destaca ainda a importância da hidratação e de uma alimentação saudável para a saúde ocular. Manter-se bem hidratado é essencial para garantir o adequado funcionamento do sistema lacrimal e prevenir sintomas de olho seco.

Segundo a instituição, se o desconforto ocular permanecer mesmo após a adoção de medidas como lavagem dos olhos, três sinais podem alertar para a presença de problemas: vermelhidão, dor intensa ou visão embaçada. Em qualquer desses casos, o melhor é procurar assistência médica para que o problema não se agrave. A vermelhidão persistente pode indicar irritações ou infecções, e a dor intensa ser sintoma de lesões ou condições graves. Alterações repentinas, como visão embaçada ou perda visual, demandam atenção imediata, alertou o CBO.

Edição: Nádya Franco

Agência Brasil