

[Texto Anterior](#) | [Próximo Texto](#) | [Índice](#)

SAÚDE

Exercícios para os olhos

Espécie de fisioterapia ocular, ortóptica reabilita visão com problemas ou após traumas

JULIANA CALDERARI

COLABORAÇÃO PARA A FOLHA

Há três anos, a tradutora Danielle Macedo, 37, sofreu um grave acidente de carro. Entre as sequelas deixadas pelo episódio, teve parte de seus músculos óticos afetados e desenvolveu estrabismo. "A sensação é a de que o músculo ficou solto. Parecia que com cada olho eu via uma coisa", diz.

Como parte do tratamento de reabilitação que realiza no hospital Albert Einstein, em São Paulo, Danielle faz sessões semanais de ortóptica, uma espécie de fisioterapia ocular. "O ortoptista usa aparelhagem e técnicas específicas para ajudar o paciente a empregar a visão que ele tem da melhor maneira possível", explica Celina Tamaki, ortoptista de Danielle e membro do Conselho Brasileiro de Ortóptica.

Além de auxiliar em casos pós-traumáticos, a ortóptica pode ser usada para tratar pacientes que tiveram a visão afetada após um AVC (acidente vascular cerebral) ou por doenças como diabetes, câncer e degeneração macular. Ajuda, ainda, a identificar e a tratar anomalias como estrabismos congênitos e visão subnormal. Em situações que envolvem cirurgias oculares, é usada em avaliações pré e pós-cirúrgicas.

Exercícios

Nas sessões realizadas no consultório, Tamaki estimula a visão de Danielle trabalhando com prismas. Como lição de casa, ela usa um tampão durante parte do dia e faz exercícios focando seus olhos em dedos e lápis por cerca de dez minutos. "Estou sentindo uma grande melhora. Quando olho reto, à minha frente, já vejo uma imagem só", conta a paciente.

O que pode parecer uma pequena mudança trouxe inúmeros benefícios a Danielle. Focar os dois olhos na mesma direção por um tempo permitiu a retomada do trabalho e a ajudou a realizar algumas atividades básicas, já que, no seu caso, a visão dupla afeta a percepção de profundidade. "Depois do tratamento, consigo me equilibrar melhor e andar em linha

reta.

Também tenho menos dificuldade para comer e reconheço o rosto das pessoas. Antes, era só pela voz", conta.

Embora seja acompanhada por outros profissionais, Danielle acredita que, sem a ortóptica, não teria tido os mesmo resultados. "Claro que estou melhorando por causa de todo o tratamento, mas as sessões foram fundamentais. "

Em casa e na escola

Quando tinha dois anos, Karine Alves passou a ter dores de cabeça e dificuldades para ler. "Sempre que ela olhava para algum lugar, o olho ia para cima, especialmente o esquerdo", conta sua mãe, Andrea Alves, 31. O oftalmologista diagnosticou estrabismo e receitou o uso de óculos e um tampão. Para acompanhar o tratamento, Andrea procurou uma ortoptista, que avalia regularmente as mudanças nos olhos de Karine, hoje com sete anos.

"Cerca de 2% das pessoas no mundo são afetadas pelo estrabismo", diz Tamaki. Segundo Andrea, foi fácil diagnosticar o problema porque já havia casos na família e por sua filha ser bastante comunicativa.

Muitas vezes, porém, os pais não conhecem as anomalias oculares e os filhos não sabem explicar o que têm. A criança passa a ter dificuldades na escola e pode receber diagnósticos equivocados, como o de déficit de atenção, ou ser culpada por mal comportamento. "É necessário que os pais e os professores sejam orientados a observar sintomas e sinais que podem ajudar na detecção antecipada de problemas oculares", diz Maria Cecília Lapa, ortoptista da Unifesp e coordenadora do programa assistencial "Pida Embú", que orienta pais e professores a notar comportamentos nas crianças como aproximar demais os objetos do rosto, espremer os olhos e coçá-los com frequência.

"É mais fácil reverter algumas situações nos primeiros anos de vida. Um profissional sem conhecimento pode achar que o tampão está atrapalhando e pedir que o tire", exemplifica Lapa. A familiaridade com o assunto também ajuda a impedir gozações entre as crianças. "Se algum colega da escola tirar sarro, ela nunca mais vai querer usar o tampão." Também há exercícios da ortóptica para quem tem visão considerada normal. Mesmo sem uma anomalia aparente, a convergência entre os olhos pode não ser perfeita ou o esforço motor pode não estar sincronizado com a percepção visual. "Após realizar alguma atividade que exija muito da visão, como ler, desenhar ou ficar na frente do computador, pode surgir algum desconforto" , afirma Lapa.

Segundo a ortoptista, esse incômodo geralmente surge quando há mudança de hábitos. "É comum acontecer com pessoas que vão prestar vestibular ou algum concurso. Passam a estudar e a ler muito, então percebem que não

conseguem se adaptar", afirma.

A ortóptica existe há 60 anos no Brasil. Segundo o Conselho Brasileiro de Ortóptica, há cerca de 300 profissionais no país. Atualmente, existe apenas um curso superior que oferece a formação de ortoptista, na universidade do Instituto Brasileiro de Medicina de Reabilitação, no Rio de Janeiro.

"O ortoptista não é médico nem fisioterapeuta", diz Tamaki. O trabalho é feito em parceria com o oftalmologista. "Ele não prescreve medicação nem faz cirurgias", reforça Lapa.

Texto Anterior: [Salada com iogurte e sumagre](#)

Próximo Texto: [Olho pode ficar "preguiçoso"](#)

[Índice](#)

São Paulo, quinta-feira, 23 de abril de 2009

FOLHA DE S.PAULO **equilíbrio**

[Texto Anterior](#) | [Próximo Texto](#) | [Índice](#)

Olho pode ficar "preguiçoso"

Popularmente conhecida como "olho preguiçoso", a ambliopia pode se manifestar em bebês com idade a partir dos seis meses. Como consequência de um estrabismo, o olho prejudicado não é suficientemente estimulado e a visão fica deficitária.

Por ser indolor, muitas vezes pouco perceptível e por afetar apenas um olho, a anomalia é frequentemente detectada tardiamente, quando não pode mais ser curada. O tratamento é feito com o uso de um tampão no lado afetado.

"Depois dos sete anos, o aparelho visual já está amadurecido e o tampão não funciona mais", afirma Celina Tamaki. "A cirurgia após essa idade é apenas estética, para corrigir o olho torto", completa.

Para evitar danos irreversíveis, a ortoptista recomenda que, mesmo que não notem nenhum problema ou que a criança não tenha nenhuma queixa, os pais a levem para a primeira visita ao oftalmologista entre os seis meses e os dois anos de idade. A partir daí, as consultas devem ser feitas anualmente.