



OLHO VERMELHO SEM DOR

AUTOR

Brien Holden Vision Institute Faculty: Sydney, Australia

REVISOR

Bo Wiafe: Regional Director for Africa: Operation EyeSight Universal

PENSAR

As pessoas podem apresentar-se na consulta porque têm um olho vermelho, mas não têm qualquer dor. Podem sentir uma sensação de desconforto, de comichão, de calor, ardor ou sentir o olho seco.


A vermelhidão sem dor pode significar que o problema no olho não é perigoso, mas é necessário ter cuidado para não confundir o problema por um olho vermelho mais grave que precisará de ser referenciado..

O QUE IRÁ APRENDER

Após ter estudado esta unidade deverá ser capaz de:

- Indicar as causas de um olho vermelho sem dor
- Identificar os casos de olho vermelho sem dor que necessitam de referência urgente e não urgente
- Identificar quais os casos de olho vermelho sem dor que não necessitam de referência.

CONJUNTIVITE INFECCIOSA

O QUE É?	<ul style="list-style-type: none"> • É uma inflamação da conjuntiva, normalmente causada por bactérias ou vírus. • Normalmente não é perigosa para o olho ou para a visão. • Quer a conjuntivite bacteriana quer a conjuntivite viral podem ser bastante contagiosas – podem facilmente passar de uma pessoa para a outra. • Podem também passar de um olho de uma pessoa para o olho contralateral.
CAUSAS	<ul style="list-style-type: none"> • Conjuntivite infecciosa pode ser causada por bactérias ou vírus. • As infeções virais são as causas mais comuns de conjuntivite em crianças e adultos. • Normalmente uma pessoa com uma conjuntivite viral pode ter/teve uma infeção no tracto respiratório superior, uma constipação e/ou dores de garganta.
SINTOMAS	<ul style="list-style-type: none"> • Vermelhidão • Ardor e irritação ocular • Lacrimejo ou secreção • As pálpebras podem estar coladas ao acordar • Pode ter fotofobia (sensível à luz) • A visão não deverá estar afectada
QUE DEVO PERGUNTAR?	<ul style="list-style-type: none"> • Como sente o olho? • Tem dores no olho? • Tem a sensação que tem um corpo estranho no seu olho? • Como está a sua visão? A sua visão mudou? • Sofreu algum tipo de lesão no olho? • Tinha as pálpebras coladas pela manhã? • Teve alguma constipação recentemente? • Começou num olho ou em ambos?
QUE ASPECTO TEM?	 <p>Figura 2.1: Um olho vermelho lacrimejante com secreção mucosa devido a uma conjuntivite infecciosa [fotografia cortesia de International Centre for Eye Health: P Vijayalakshmi]</p>

CONJUNTIVITE INFECCIOSA (cont.)

SINAIS	<ul style="list-style-type: none"> • Um olho vermelho • Nenhuma alteração ou uma ligeira diminuição da visão • Córnea irá estar transparente • Viral: <ul style="list-style-type: none"> ○ Ambos os olhos estão infectados ○ Secreção aquosa ○ Inchaço da pálpebra (edema) ○ Olho vermelho (em termos de mais cor mais rosa que vermelho) ○ O olho terá um aspecto “envidraçado” ○ O paciente também poderá ter o nariz a pingar ou congestão devido à sinusite
SINAIS (cont.)	<ul style="list-style-type: none"> • Bacteriana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Um olho ou ambos estão infectados ○ Pode passar para os olhos de outras pessoas rapidamente ○ Secreção amarelada ○ Pode ter ligeiro inchaço da pálpebra (edema) ○ Olho vermelho ○ Ramelas ou muco nas pestanas ou pálpebras
QUE DEVO FAZER?	<ul style="list-style-type: none"> • Medir a visão • Observar o olho e a pálpebra de perto com uma lanterna pontual ou uma lâmpada de fenda • Avisar a pessoa que a condição pode ser contagiosa
PLANO DE TRATAMENTO	<ul style="list-style-type: none"> • Compressas frias colocadas nos olhos (enquanto fechados) podem aliviar os sintomas • Reencaminhe-o para o oftalmologista ou clínico geral para este lhe receitar gotas ou um antibiótico • Diga à pessoa para voltar e consultar alguém se os seus olhos não melhorarem após 3 dias, ou se a visão piorar • Explique ao paciente, a natureza contagiosa da doença



TRATAMENTO PARA CONJUNTIVITE VIRAL:

- No caso de uma conjuntivite viral, um antibiótico em pomada e/ou gotas para os olhos NÃO irão curar a infecção.
- A razão pela qual se prescreve o antibiótico é para evitar quaisquer outras infecções.
- Uma conjuntivite viral é como uma “constipação no olho”. Pode ser prescrita medicação para aliviar os sintomas, mas não existe nada que cure a infecção. Irá ficar melhor com o tempo
- A melhor forma de tratar uma conjuntivite viral é praticar uma boa higiene - para prevenir uma nova infecção e infectar outras pessoas.



CONJUNTIVITE GONOCOCICA

- Se um recém-nascido (com menos de 4 semanas) tem conjuntivite, com muito pus, podem ter Infecção gonocócica genital.

- Esta infecção é passada pela mãe durante o nascimento.
- Conjuntivite gonocócica é uma infecção grave que necessita ser imediatamente referenciada para um médico.
- Se não tratada imediatamente, pode levar a cegueira.
- Mãe e bebé devem ser encaminhados para o hospital.
- A mãe da criança deve ser instruída sobre a natureza contagiosa da infecção e recomendar o marido/parceiro a ser testado.





PREVENÇÃO DA DISSIMINAÇÃO DAS CONJUNTIVITES INFECCIOSAS:

- Explique que é fácil para outras pessoas serem infectados por uma pessoa com conjuntivite.
- Pode-se parar a difusão da conjuntivite com:
 - Lavagem frequente de mãos, após tocar os olhos das outras pessoas.
 - Não partilhar toalhas ou toalhetes para limpar os olhos.
 - Lavar o rosto e a área ao redor de seus olhos com frequência.
- Crianças com conjuntivite não devem ir à escola, brincar ou partilhar toalhas com outras pessoas, enquanto mantêm a infecção.
- Na clínica, o equipamento e mobiliário usado ou tocado pelo paciente também deve ser limpo com toalhetes com álcool

CONJUNTIVITE ALÉRGICA OU IRRITATIVA

O QUE É?	<ul style="list-style-type: none"> • Dá-se uma alergia quando o organismo reage a algo que está em seu redor • As reacções alérgicas comuns são: <ul style="list-style-type: none"> ○ Nariz a pingar ○ Espirrar ○ Sore throat ○ Olhos lacrimejosos ○ Olhos vermelhos e com comichão ○ Eczema • Chama-se Conjuntivite Alérgica ou Irritativa à reacção dos olhos ao estarem próximos de um objecto alérgico • Uma pessoa com conjuntivite alérgica ou irritativa não deve sofrer alterações na visão e não terá pus. • Condições alérgicas não são contagiosas. • As conjuntivites alérgicas são comuns, especialmente durante certas alturas do ano.
CAUSAS	<ul style="list-style-type: none"> • Conjuntivite alérgica surge quando uma pessoa entra em contacto com uma substância que causa alergia (alergeno). • As pessoas podem ser alérgicas a todo o tipo de coisas tais como: <ul style="list-style-type: none"> ○ Sabão ○ Perfume ○ Plantas ○ Penas ○ Poluição no ar ○ Picadas de insectos
O QUE DEVO PERGUNTAR?	<ul style="list-style-type: none"> • Como sente os olhos? Tem comichão nos olhos? • Tem o nariz a pingar ou tem espirrado?

	<ul style="list-style-type: none"> • Como está a sua visão? • Quando começou com estes sintomas? • O que estava a fazer quando os olhos ficaram vermelhos e com comichão? • É alérgico a alguma coisa? <div>  Se um paciente se queixar de comichão nos olhos pense, ALERGIA! </div>
SINTOMAS	<ul style="list-style-type: none"> • Comichão nos olhos • Vermelhidão (ambos os olhos) • Lacrimejo • Ardor nos olhos e tecidos adjacentes • Inchaço (das pálpebras e conjuntiva)
SINAIS	<ul style="list-style-type: none"> • Normalmente acontece em ambos os olhos • Não existe alteração na visão • Olhos vermelhos • Pálpebras e/ou conjuntiva inchadas • Secreção aquosa • Pode existir uma secreção branca em forma de filamentos • Podem existir elevações na conjuntiva palpebral
QUE ASPECTO TEM?	 <p>Figura 2.2: Vermelhidão devido a conjuntivite alérgica [fotografia cortesia de Institute for Eye Research]</p>
QUE FAZER?	<ul style="list-style-type: none"> • Medir a visão • Verificar se existem altos debaixo da pálpebra com uma lanterna pontual ou uma lâmpada de fenda. • Procurar saber quais as suas alergias (pode ser uma tarefa difícil) e pedir à pessoa para se manter afastada disso
PLANO DE TRATAMENTO	<ul style="list-style-type: none"> • Não existe cura para a conjuntivite alérgica, mas os sintomas podem ser controlados para fazer com que pessoa esteja mais confortável. • Compressas muito frias nos olhos podem aliviar os sintomas • Recomendar um medicamento para a alergia que se compre sem receita médica (comprimidos ou gotas) • Diga à pessoa para voltar e consultar alguém se os seus olhos não melhorarem após 3 dias, ou se a visão piorar



PREVENÇÃO:

A pessoa deve manter-se afastada daquilo que lhe provoca alergia

As pessoas que têm comichão na margem palpebral devem usar uma mistura de champô para bebé e água morna para lavar as pestanas regularmente.

HEMORRAGIA SUB-CONJUNTIVAL

O QUE É?	<ul style="list-style-type: none"> • A hemorragia sub-conjuntival é uma pequena hemorragia mesmo por baixo da conjuntiva • Aparece com uma aglomeração de sangue na parte branca do olho • Os pacientes vêm-no de manhã ao acordar • A hemorragia pode demorar duas ou três semanas a desaparecer • As hemorragias sub-conjuntivais são relativamente comuns
CAUSAS	<ul style="list-style-type: none"> • A hemorragia subconjuntival é causada pela ruptura de um dos pequenos vasos no olho • As causas possíveis para uma hemorragia sub-conjuntival incluem: <ul style="list-style-type: none"> ○ Tossir, vomitar, esfregar os olhos ou excesso de esforço ao tentar levantar algo pesado ○ Um ferimento no olho ○ Tensão arterial elevada ou diabetes
QUE DEVO PERGUNTAR?	<ul style="list-style-type: none"> • Quando é que notou pela primeira vez? • Notou alguma alteração na visão? • Como está o olho? Tem dores no olho? • Sabe o que aconteceu ao seu olho? <ul style="list-style-type: none"> ○ Sofreu algum tipo de ferimento no olho? ○ Tem tossido ou vomitado ultimamente? ○ Tem levantado objectos pesados? • A sua tensão arterial é elevada ou tem diabetes?
SINTOMAS	<ul style="list-style-type: none"> • Os pacientes podem indicar que acordaram assim ou não estão certos de quando é que tal aconteceu • A hemorragia por si só não provoca dor • Sem comichão ou ardor • Não afecta a visão • Podem ter um ligeiro desconforto, mas normalmente não tem sintomas
SINAIS	<ul style="list-style-type: none"> • Uma mancha vermelha viva na parte branca do olho • Normalmente só abrange uma parte do olho mas, por vezes, todo o olho está coberto com sangue • Córnea transparente

HEMORRAGIA SUB-CONJUNTIVAL (cont.)

QUE ASPECTO TEM?

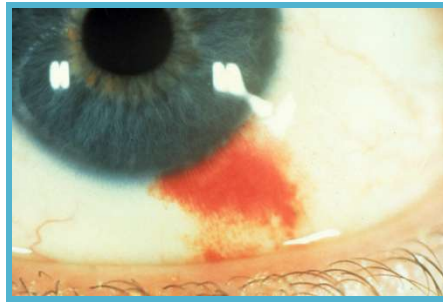


Figura 2.3: Uma hemorragia sub-conjuntival
[foto cortesia de International Centre for Eye Health]

QUE ASPECTO TEM?
(cont.)

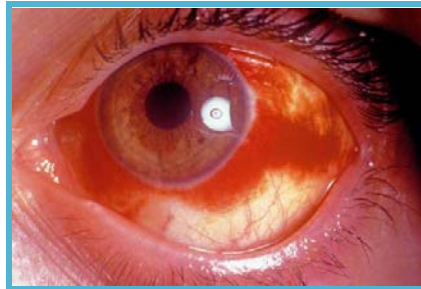


Figura 2.4: Uma hemorragia subconjuntival maior.
[foto cortesia de International Centre for Eye Health]

QUE DEVO FAZER?

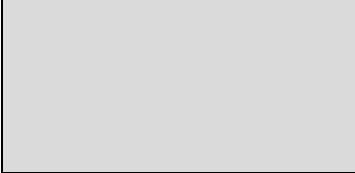
- Medir a visão
- Usar fluoresceína para verificar qualquer dano na córnea ou conjuntiva
- Verifique a presença de sangue na câmara anterior
- Verifique a íris e certifique-se que está intacta
- Faça a pessoa olhar em diferentes direcções. Certifique-se de que pode ver a esclera branca em redor da hemorragia. Se não conseguir, pode significar que a pessoa tem algo de mais grave e necessita referência.
- Deve perguntar à pessoa o médico de família controla a pressão arterial e o açúcar no sangue.



Uma pessoa com uma hemorragia subconjuntival pode estar muito preocupada uma vez que parece muito grave. Certifique-se de que a tranquiliza dizendo que a situação não é tão grave como parece.

PLANO DE
TRATAMENTO

- Se a visão continuar inalterada, não existe dor, na secreção e não há ferimento diga à pessoa que:
 - Não é grave e ficará melhor dentro de 2 ou 3 semanas sem tratamento
 - Mudará de cor, como uma nódoa, dentro de 2 semanas
 - Não deve esfregar os olhos
 - Não deve tomar aspirina
 - Voltar se a visão piorar, se houver dor ou secreção
- A pessoa deve ser referenciada imediatamente para um oftalmologista ou médico de clínica geral
 - A visão alterou-se
 - Existiu uma lesão no olho
 - Existe dor e secreção a partir do olho
 - A córnea não está transparente

- 
- Se existir sangue na câmara anterior
 - Não se consegue ver branco em torno da hemorragia
 - Existe uma ruptura na íris

**PONTOS A RECORDAR SOBRE HEMORRAGIAS SUB-CONJUNTIVAS:**

- Não deve haver nenhuma alteração na visão, secreção e dor numa hemorragia sub-conjuntival.
- Embora uma hemorragia sub-conjuntival não seja um risco sério para o olho, a causa pode ser. Examine, sempre, o olho cuidadosamente para quaisquer outros sinais de uma lesão.
- Tranquilize o paciente que a hemorragia sub-conjuntival pode piorar antes de ficar melhor.
- Aconselhe o paciente a fazer uma consulta médica se tem tensão alta ou diabetes.

SÍNDROMA DO OLHO SECO

O QUE É?	<ul style="list-style-type: none"> • As pessoas podem desenvolver um olho seco se não tiverem lágrima suficiente. • Pode resultar de um decréscimo na produção de lágrima ou na qualidade da mesma. • A qualidade da lágrima é afectada se as glândulas palpebrais estiverem bloqueadas ou não funcionarem de forma apropriada. • A lágrima ajuda a proteger, a humedecer o olho e cria uma superfície lisa pela qual a luz passa ao entrar no olho. • A função da lágrima é a de manter o olho húmido até ao próximo piscar de olhos. • Se a lágrima evapora demasiado rápido irá deixar a córnea seca. • O tempo que leva à córnea a romper ou a evaporar após o pestanejo é designado por Tempo de Ruptura Lacrimal (no Inglês Tear Break-Up Time (TBUT)). • Olho seco afecta normalmente ambos os olhos. • Em casos severos de olho seco, a córnea pode ser danificada e levar a uma diminuição da visão. • O olho seco é uma condição bastante comum, especialmente em mulheres e pessoas idosas.
CAUSAS	<ul style="list-style-type: none"> • O olho seco pode ser causado por: <ul style="list-style-type: none"> ○ Sol ○ Tempo seco e ventoso ○ Medicação ○ Fumo • O olho seco também pode acontecer se o paciente não piscar o olho correctamente ou se dormir com os olhos abertos (condição conhecida com lagofalmo) • É uma boa ideia observar a pessoa a pestanejar ao falar com ela; As pessoas com lagofalmia não fecham os olhos completamente durante o pestanejo
O QUE DEVO PERGUNTAR?	<ul style="list-style-type: none"> • A sua visão melhora quando pisca os olhos? • Sente comichão ou ardor nos olhos? • Os olhos ardem após períodos de leitura ou visualização de T.V? • Tem a sensação de que tem algo no olho? • Os seus olhos choram muito?
SINTOMAS	<ul style="list-style-type: none"> • Secura e irritação • Ardor e/ou comichão • Lacrimejo • Olhos vermelhos • Pode existir visão desfocada, a qual melhora com o pestanejo • Os sintomas podem piorar com vento, leitura/ trabalho ao computador/ ver televisão ou ambiente com fumo.

SÍNDROMA DO OLHO SECO (cont.)

SINAIS	<ul style="list-style-type: none"> • O olho pode parecer normal • O TBUT irá ser inferior a 10 segundos, algumas vezes mesmo inferior a 5 segundos • Vermelhidão da conjuntiva • Olhos com muita lágrima • Ao utilizar fluoresceína para examinar a córnea, pode existir tingimento da córnea central e inferior
QUE DEVO FAZER?	<ul style="list-style-type: none"> • Medir a acuidade visual • Medir o TBUT • Se possível, verificar se tingimento corneal
PLANO DE TREATMENTO	<ul style="list-style-type: none"> • Não existe cura para o olho seco, mas pode-se fazer um tratamento para que o olho se sinta mais confortável. • Aconselhe o uso de compressas mornas e húmidas nos olhos, duas vezes por dia • Aconselhe o uso de lágrima artificial ou solução salina em gotas. • Aconselhe a pessoa a pestanejar várias vezes e completamente (ajudará a espalhar a lágrima pelo olho)



LEMBRAR:

- Olhos que lacrimejam ou choram muito (epífora) podem ser um sinal de olho seco.
- Isto deve-se a?
 - Quando os olhos estão secos, é enviada uma mensagem ao cérebro.
 - O cérebro produzirá lágrimas que tentarão humedecer os olhos.
 - Infelizmente, estas lágrimas secam mais rapidamente que as lágrimas normais



COMO MEDIR A O TEMPO DE RUPTURA LACRIMAL COM FLUORESCÊNCIA (TBUT)

- Os pacientes indicam sempre que os sintomas são piores do que o que os sinais nos indicam.
- A fluoresceína colocada na lágrima dará uma melhor ideia da gravidade da secura no olho.
- Medição TBUT:
 - Coloca-se uma tira de fluoresceína no filme lacrimal
 - Pede-se ao paciente para piscar, olhar em frente e não piscar
 - Medir o tempo que transcorre entre o último piscar de olhos até ao aparecimento de pontos pretos na área fluoresceína (azul)
 - TBUT com menos de 5 segundos é um sinal de olho seco

BLEFARITE

O QUE É?	<ul style="list-style-type: none"> • É uma inflamação das pálpebras especialmente da margem das pálpebras. • A blefarite geralmente resulta de uma infecção bacteriana. • Afecta normalmente ambos os olhos. • A pessoa geralmente queixa-se de olhos secos e irritados. • O sinal mais comum é ter ramelas e crostas nas pestanas. • É muito comum especialmente nos idosos e nas pessoas que têm má higiene e trabalho num ambiente sujo. • É de difícil tratamento pois ocorre de forma recorrente. • Se não se tratar pode levar a outras infecções das pálpebras ou causar problemas de olho seco
CAUSAS	<ul style="list-style-type: none"> • Blefarite Anterior <ul style="list-style-type: none"> ○ Afecta a parte frontal das pálpebras e as pestanas ○ Normalmente causada pela bactéria da caspa do cabelo • Blefarite Posterior <ul style="list-style-type: none"> ○ Afecta a pálpebra interna (a qual está em contacto com o globo ocular) ○ Causada por problemas com a glândula sebácea da pálpebra.
QUE DEVO PERGUNTAR?	<ul style="list-style-type: none"> • Os seus olhos choram muito? • Sente comichão nos olhos ou eles arranham? • Tem a sensação que tem algo nos olhos? • Tem tido ramelas nas pestanas, especialmente de manhã?
SINTOMAS	<ul style="list-style-type: none"> • Pálpebras vermelhas e inchadas • Vermelhidão do olho • Ardor e lacrimejo • Irritação leve • Crostas nas pálpebras e pestanas (<i>pior ao acordar</i>)
SINAIS	<ul style="list-style-type: none"> • Crostas ou ramelas nas pálpebras e pestanas • Vermelhidão na margem palpebral • Inchaço nas pálpebras • Olhos vermelhos • Olhos lacrimejantes
QUE DEVO FAZER?	<ul style="list-style-type: none"> • Medir a acuidade visual • Examinar as pestanas e as pálpebras • Se possível, analisar a córnea com fluoresceína para identificar tintções
PLANO DE TRATAMENTO	<ul style="list-style-type: none"> • O melhor tratamento é a higiene das pálpebras. • Use uma mistura de água e sabão, feche os olhos e suavemente esfregue ao longo das margens palpebrais e das pestanas. Faça isto duas vezes ao dia. • Recomendar colocar uma compressa quente sobre os olhos cerrados duas vezes ao dia. • Se o problema persistir após 2 semanas ou piorar, referir para um médico de clínica geral para tratamento com antibiótico

PTERÍGIO

O QUE É?	<ul style="list-style-type: none"> • É um tecido vermelho, carnudo que cresce a partir da conjuntiva bulbar no sentido da pupila. • Quando um pterígio cresce perto ou sobre a pupila causará uma diminuição da visão. • Um pterígio não causa dor, mas, por vezes, pode causar desconforto. • Um pterígio pode crescer rápida ou lentamente. • Uma pessoa pode ter um pterígio num ou ambos os olhos. • Normalmente localizado no lado mais próximo o nariz.
CAUSAS	<ul style="list-style-type: none"> • O pterígio normalmente surge em pessoas que trabalham no exterior, ou em pessoas que estão expostas grandes quantidades de luz, poeira e vento. • É muito comum em pessoas que vivem nos trópicos ou no deserto onde há muita luz solar. • O pterígio não é comum em crianças
QUE DEVO PERGUNTAR?	<ul style="list-style-type: none"> • Quando foi a primeira vez que notou o crescimento? • Passa muito tempo no exterior em condições com Sol e vento? • Como sente os seus olhos? <ul style="list-style-type: none"> ○ Sente dor ou irritação? ○ Sente o olho seco ou arranha-lhe? ○ O olho lacrimeja? • Piora com o sol ou o vento? • Como está a sua visão? Sente a visão desfocada?
SINTOMAS	<ul style="list-style-type: none"> • As pessoas com pterígio notam normalmente um crescimento no seu olho • Podem queixar-se de secura ou irritação, vermelhidão e lacrimejo.
SINAIS	<ul style="list-style-type: none"> • Um crescimento carnudo vermelho ou rosa que cresce até à córnea • Tem a forma de um triângulo com a ponta direccionada para o centro da pupila • Pode crescer sobre a pupila – o que afecta a visão
QUE DEVO FAZER?	<ul style="list-style-type: none"> • Medir a acuidade visual • Se o pterígio está a crescer sobre a córnea meça quando é que já ocupou da córnea • Use a distância entre o limbus e a margem da pupila como um guia. • Fica a ¼ da distância à pupila? Metade da distância?

PTERÍGIO (cont.)

QUAL É O ASPECTO?

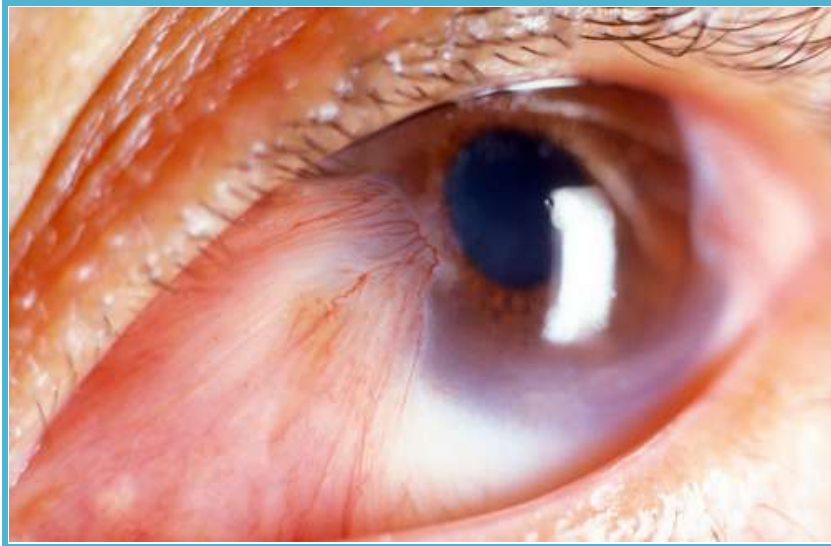


Figura 2.5: Pterígio, com o apex a crescer sobre o limbo
[fotografia cortesia do International Centre for Eye Health]

QUAL É O ASPECTO?
(cont.)



Figura 2.6: Olho com dois pterígios – nasal e temporal
Notar como o pterígio nasal está a crescer sobre a pupila. Este pterígio irá afectar a visão.
[fotografia cortesia do International Centre for Eye Health]

PLANO DE
TRATAMENTO

- Aconselhe a pessoa a usar óculos de sol e um chapéu para proteger os olhos do sol e do vento.
- Lembre que permanecer no exterior ao Sol durante grandes períodos de tempo poder fazer com que o pterígio fique mais inflamado

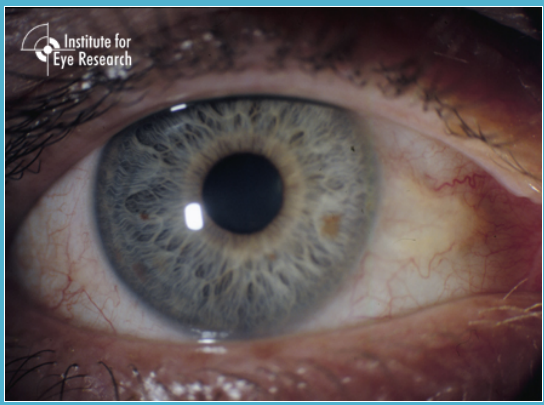


Figura 2.7: Utilizar óculos de Sol e um boné pode prevenir o pterígio

- A pessoa pode necessitar referência de forma que o pterígio seja removido mediante cirurgia.
- Referenciar se o pterígio:
 - A ponta está a mais de metade da distância entre o limbo e a margem da pupila
 - Está elevado e irritado
 - A visão está afectada pelo pterígio
 - Provoca desconforto, arranha ou secura ocular.
- O pterígio pode voltar depois da cirurgia.

PINGÜECULA

O QUE É?	<ul style="list-style-type: none"> • A pinguécula é um depósito ou elevação amarela-branca na conjuntiva, junto ao limbo • A pinguécula pode ser confundida com pterígio. • A pinguécula não é perigosa, não se desenvolve sobre a córnea e não causará baixa de visão. • É muito comum.
CAUSAS	<ul style="list-style-type: none"> • A pinguécula normalmente ocorre em pessoas que trabalham no exterior, ou a pessoas que estão expostos a grandes quantidades de luz solar, poeira e vento. • A pinguécula é muito comum em pessoas que vivem nos trópicos ou no deserto, onde há muita luz solar
QUE DEVO PERGUNTAR?	<ul style="list-style-type: none"> • Notou algum alto no olho? <ul style="list-style-type: none"> ○ Há quanto tempo apareceu? ○ Incomoda-o?? • Passa muito tempo no exterior em condições com muita luz solar ou vento? • Como sente os seus olhos? Sente dor?
SINTOMAS	<ul style="list-style-type: none"> • A pinguécula pode aumentar de tamanho ao longo dos anos. • Ocasionalmente, a pinguécula pode-se inflamar causando um ligeiro desconforto

QUE ASPECTO TEM?	 <p>Figura 2.8: Um olho com uma pinguécula na conjuntiva nasal [fotografia cortesia de Institute for Eye Research]</p>
SINAIS	<ul style="list-style-type: none"> • Ligeiramente elevado, amarelado ou com um alto branco na conjuntiva bulbar • Normalmente no lado nasal, mas pode aparecer no outro lado da córnea. • Normalmente no espaço entre as pálpebras, o qual está exposto ao Sol
QUE DEVO FAZER?	<ul style="list-style-type: none"> • Medir a visão • Analisar o crescimento da elevação com uma lanterna
PLANO DE TRATAMENTO	<ul style="list-style-type: none"> • Se não existir vermelhidão ou desconforto – não é necessária actuação • Aconselhe a pessoa a usar óculos de sol e um chapéu quando estiver ao sol pois evitará o crescimento da pinguécula • Se o olho estiver vermelho ou dorido – encaminhe para o oftalmologista ou médico de família



QUAL A DIFERENÇA ENTRE PINGUÉCULA E PTERÍGIO?

- O pterígio cresce até a córnea, mas a pinguécula não.
- O pterígio pode causar uma baixa de visão, mas a pinguécula não.
- O pterígio pode crescer rapidamente, mas a pinguécula irá crescer muito lentamente.
- Um pterígio talvez precise ser removido cirurgicamente, mas a pinguécula não

SUMÁRIO – OLHO VERMELHO SEM DOR

CONJUNTIVITE INFECCIOSA

- Inflamação da conjuntiva
- Normalmente causada por bactérias ou vírus.
- Relativamente comum
- Secreção amarelada se houver infecção bacteriana
- Secreção aquosa se houver infecção viral
- Espalha-se com facilidade de um olho para o outro ou de pessoa para pessoa
- A higiene é importante lave as mãos, não partilhe as toalhas

CONJUNTIVITE IRRITATIVA OU ALÉRGICA

- A conjuntivite alérgica acontece quando a pessoa entra em contacto com uma substância que causa alergia.
- Comichão é a queixa/problema principal
- Vermelhidão (em ambos os olhos)
- Os olhos podem lacrimejar
- Geralmente acontece em ambos os olhos
- Pode haver inchaço da pálpebra
- Os sintomas podem ser aliviados com compressas limpas e frias sobre os olhos

HEMORRAGIA SUB-CONJUNTIVAL

•

- Uma hemorragia pequena abaixo da conjuntiva – aparece como uma aglomeração de sangue na parte branca do olho.
- A hemorragia subconjuntival pode acontecer depois:
 - tossir, vomitar, esfregar os olhos fazer esforço ao levantar algo pesado
 - um ferimento no olho
 - ou se a pessoa tem tensão arterial alta ou diabetes
- Se a visão é inalterada, sem dor, sem secreção e não houve nenhum prejuízo: Diga à pessoa que não é grave e que melhorará em 2 semanas sem tratamento

SÍNDROME DO OLHO SECO

- Acontece quando o olho não tem lágrima suficiente
- Causado por um decréscimo na produção de lágrima ou lágrima de fraca qualidade
- Secura, irritação e olhos vermelhos
- Pode originar visão desfocada a qual melhora após o pestanejo.
- Não existe cura, mas compressas mornas e lágrimas artificiais podem ajudar a aliviar os sintomas.

BLEFARITE

- É uma infecção não margem das pálpebras e nas pestanas
- Os sinais mais comuns são crostas ou ramelas na margem das pálpebras e pestanas (pior ao acordar)
- Olhos vermelhos e pálpebras inchadas
- Limpeza regular das pálpebras é o melhor tratamento

PTERÍGIO

- O pterígio é um tecido vermelho ou rosado cresce a partir da conjuntiva bulbar em direcção à córnea.
- É causado pela exposição à luz solar, poeira e vento
- Aconselhar as pessoas a utilizar óculos de Sol e um boné quando no exterior
- Referir se o pterígio:
 - Se a extremidade está a mais de meio entre o limbo e a margem da pupila
 - Está elevado e irritado
 - Causa baixa de visão

PINGUÍCULA

- A pinguécula é um depósito amarelo na conjuntiva
- Pode ficar irritada e aparecer vermelha
- Causada por exposição à luz solar
- Aconselhe o uso de óculos de sol e chapéu quando no exterior

PERGUNTAS DE AUTO-AVALIAÇÃO

1. Enumere três causas comuns de olho vermelho sem dor:
 - a. _____
 - b. _____
 - c. _____
2. Qual é o maior problema de uma pessoa com conjuntivite alérgica?

3. Se um recém nascido tem conjuntivite, com muita secreção mucosa, qual é a sua suspeita e o que deve fazer?

4. Enumere 3 coisas que podem impedir o alastramento da conjuntivite:

5. Quais as perguntas que deveria fazer a uma pessoa que suspeite que tem olho seco?

6. O que irá ver num paciente com blefarite?

7. Uma hemorragia subconjuntival é muito comum. Uma pessoa que tem uma hemorragia pela primeira vez ficará muito preocupada. O que diria a esta pessoa?

8. Em que situação encaminharia alguém com pterígio para o médico?

