



SOCIEDADE
BRASILEIRA DE
GLAUCOMA

**USO CORRETO
DE COLÍRIOS
PODE SALVAR
SUA VISÃO**

**SAIBA OS
PORQUÊS**

Prof. Dr. Paulo Augusto
de Arruda Mello

SOBRE A SBG

Apesar de a perda da visão ser prevenida com consultas oftalmológicas periódicas, o glaucoma é a segunda maior causa de cegueira no Brasil.

Para se dedicar ao estudo do problema, incentivar a pesquisa e a disseminação de conhecimento entre os médicos oftalmologistas que a ele se dedicam, no início de 1981, foi fundada a Sociedade Brasileira de Glaucoma (SBG).

A Sociedade Brasileira de Glaucoma é filiada ao Conselho Brasileiro de Oftalmologia (CBO) e a *World Glaucoma Association*, e, em atividades realizadas em conjunto e ainda em iniciativas próprias, consolidou-se também em seu papel social de informar e conscientizar a população sobre esta doença.

Atualmente, a diretoria da SBG é composta por:

- Roberto Pedrosa Galvão Filho - **Presidente**
- Emilio Rintaro Suzuki Jr. - **Vice-Presidente**
- Bruno Pimentel de Figueiredo - **Secretário**
- Heloisa de Andrade Maestrini - **Secretária Adjunta**
- Vitor Luna de Sampaio - **Tesoureiro**
- Heloisa Helena Abil Russ Giacometti - **Tesoureira Adjunta**

www.sbglaucoma.org.br

INTRODUÇÃO

Muitas pessoas pensam que colírios são todos iguais e, como são apenas “umas gotinhas”, não precisam de cuidado nem no uso e nem na guarda. Isso é um grande engano! Existem, sim, colírios que são usados para lubrificar os olhos e cumprem o papel de lágrimas artificiais.

Mas esse não é o caso dos colírios que seu oftalmologista receitou para controlar o seu glaucoma, uma doença que não tem cura e, se não for controlada corretamente, pode levar à perda da visão.

O uso **correto** de colírios é muito importante. Por isso, para que esses medicamentos tenham uma boa ação no tratamento dos seus olhos, é necessário usá-los corretamente.

Tarefa fácil e fundamental.

ENTENDA OS
PORQUÊS DISSO.

1 Confirme se aquele é mesmo o colírio prescrito pelo seu médico e consulte a sua validade.

POR QUÊ?

Frequentemente as pessoas utilizam medicamento errado nos seus olhos. Principalmente quem necessita usar vários colírios ou precisa trocar aquele que já usava há algum tempo por um novo, indicado pelo seu médico oftalmologista: embalagem diferente pode gerar confusão para quem está desatento. O prazo de validade também é muito importante, pois colírios vencidos podem não ter o efeito esperado, prejudicando seu tratamento.

2 O frasco do colírio deve ser armazenado em local seco, arejado e fresco. Somente alguns colírios necessitam ser armazenados na geladeira.

POR QUÊ?

O calor ou a umidade podem alterar o medicamento e você não estará tratando adequadamente seus olhos. Confira na bula e, em caso de dúvida, pergunte ao seu médico.

3 Não guarde o frasco do colírio junto de outros produtos.

POR QUÊ?

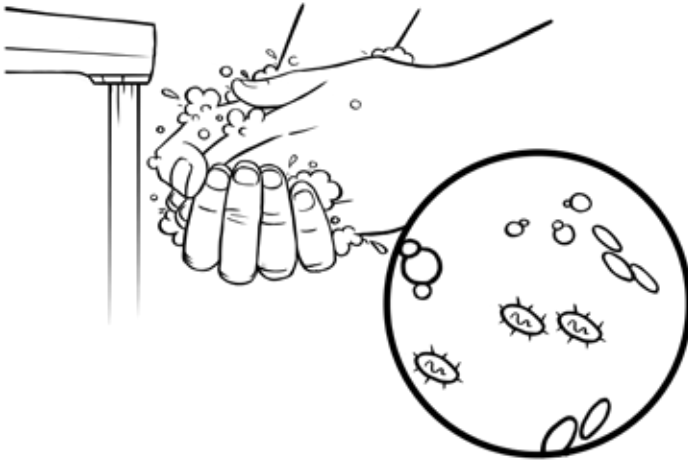
Vários pacientes confundem os frascos e colocam produtos nos olhos que podem até causar a perda da visão.

4 Lave as mãos antes de usar o colírio.

POR QUÊ?

As mãos são transportadoras de vírus e bactérias que podem causar outras doenças nos olhos.

Você poderá contaminar o frasco do colírio ou até o próprio colírio promovendo graves doenças.



5 Quando for usar, apoie a tampa do colírio em local limpo.

POR QUÊ?

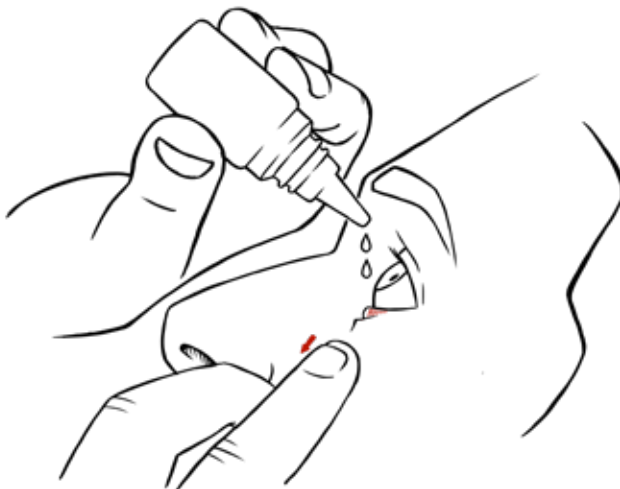
Se a tampa do colírio for colocada em um lugar que esteja contaminado, você poderá contaminar o conteúdo do seu colírio, o que promoverá outra doença nos seus olhos.

6 Colírios em forma de suspensão precisam ser agitados antes do seu uso.

POR QUÊ?

Quando um remédio é em forma de suspensão, isso significa que seus elementos se separam quando ele está guardado (como acontece com molho de salada, ou um refresco, por exemplo), e sacudir o frasco um pouco antes de abrir faz com que sua composição seja diluída corretamente.

7 O local de instilar (“pingar”) o colírio é no meio dos olhos na região entre a pálpebra inferior e o olho. Para isso, afaste a pálpebra inferior, assim você conseguirá expor uma pequena “bolsa” onde a gota do colírio irá cair. Incline a cabeça para traz olhando para o teto ou fique deitado. Aperte o frasco suavemente para cair uma gota.



POR QUÊ?

O canto do nasal (perto do nariz) é o local mais contaminado do olho. O músculo orbicular leva toda a “sujeira” dos olhos para essa região. Por isso que as secreções se acumulam aí. Colocar a gota no “cantinho” e fazer escorrer para dentro do olho pode arrastar microrganismos, causando novas doenças. No olho só cabe uma gota. A segunda gota será desperdiçada e poderá promover mais efeitos colaterais não desejados. Só faça diferente disso se seu médico tiver dado uma recomendação especial.

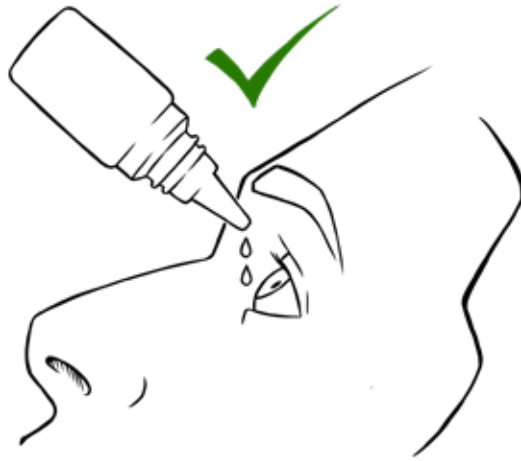
Muitas pessoas necessitam de ajuda para esse procedimento. Se for seu caso, programe a frequência do uso recomendada pelo seu médico com a disponibilidade da (ou das) pessoa(s) que irá(irão) te auxiliar.



O ideal é manter o frasco perpendicular aos olhos durante o uso para evitar desperdícios.

Se você não tiver certeza de que a gota caiu no olho, é preferível pingar novamente.

Limpe o excesso de medicamento suavemente com lenço de papel.



8

Não encoste o bico do frasco do colírio nas suas pálpebras ou no seu olho.

POR QUÊ?

Fazer isso contamina o colírio, o que poderá causar infecções novas nos seus olhos.



9 Após a gota do colírio cair no seu olho, feche-o suavemente. Não aperte o olho, nem pisque várias vezes. Melhor permanecer com o olho fechado por um ou dois minutos.

POR QUÊ?

O procedimento de piscar “limpa” os olhos, eliminando o colírio, ou promovendo sua diluição e reduzindo seu efeito. Da mesma forma, quando você aperta com força as suas pálpebras, não sobra espaço para o medicamento ficar no seu olho, e é importante que o colírio fique em contato com o seu olho para poder atuar.

Algumas pessoas têm dificuldade em manter os olhos fechados quando fazem o uso do colírio em pé. Neste caso, prefira deitar-se para instilar o colírio.

10 Para alguns colírios, é recomendado que pressione levemente o canto nasal do olho por um minuto com o dedo polegar.



POR QUÊ?

A drenagem dos colírios, e também das lágrimas, é feita por um pequeno canal perto do nariz.

Dali, para a rinofaringe, perto céu da boca. Por isso, alguns colírios deixam um gosto amargo na boca. A compressão do canto nasal segura o colírio no olho, o que faz com que tenha melhor efeito e diminui a intensa absorção pela rinofaringe, boca e estômago e, por consequência, pela corrente sanguínea. Isso é importante porque colírios podem causar efeitos colaterais sistêmicos (em outras partes do corpo).

11 Caso alguma gota do colírio caia no seu rosto, apenas enxugue levemente.

POR QUÊ?

Alguns medicamentos podem promover irritação, crescimento de pelos ou mudanças na coloração das pálpebras. Então é importante não esfregar, pois isso aumenta a absorção pela pele.

12 Quando for necessário o uso de mais de um colírio, aguarde o intervalo de 5 a 10 minutos para fazer uso do segundo medicamento.

POR QUÊ?

Não há espaço no olho para duas gotas. Se você não respeitar esse tempo, um colírio irá “lavar” o outro, diminuindo sua eficácia.

13 Após usar o colírio, o frasco deve ser fechado e armazenado em local apropriado.

POR QUÊ?

Colírios abertos evaporam, perdem a sua eficácia ou se contaminam.

14 O frasco de colírio é só seu. Não compartilhe com outras pessoas.

POR QUÊ?

Cada pessoa deve usar seu próprio frasco para evitar transmissão de infecção.

DICAS

- Procure relacionar o uso dos medicamentos a eventos durante o dia (café da manhã, antes do almoço etc.), respeitando a frequência de uso recomendada.
- A sensação de ardor no ato de pingar um colírio depende muito do pH (índice de acidez ou alcalinidade) do medicamento e da lágrima do paciente, mas se o ardor for intenso, informe ao médico.

- Não guarde colírios pensando em tratamentos futuros. Se abriu o frasco há mais de um mês, o colírio deve ser jogado fora, pois a sua eficácia foi comprometida.
- Só use colírios sobre as lentes de contato quando o oftalmologista autorizar isso.
- Somente usar colírios receitados pelo oftalmologista; até mesmo os colírios ditos “água com açúcar” podem acarretar danos para seus olhos.

SOBRE O AUTOR



**Prof. Dr. Paulo Augusto
de Arruda Mello**

Professor Titular do Departamento de Oftalmologia e Ciências Visuais da Escola Paulista de Medicina/UNIFESP.

Ex-Presidente da Sociedade Brasileira de Glaucoma, da Sociedade Pan-Americana de Glaucoma, da Sociedade Latino-Americana de Glaucoma e do Conselho Brasileiro de Oftalmologia.



Institucional



Cursos e
Webinar

www.sbglaucoma.org.br