



PROTEJA SEUS OLHOS

 <p>Cuidado com objetos pontiagudos para não ferir os olhos como: lápis, tesoura, faca, plantas pontiagudas ou com espinhos.</p>	 <p>Evite luz muito intensa ou muito fraca quando estiver estudando ou trabalhando.</p>
 <p>Cuidado com picadas ou arranhões de animais.</p>	 <p>Evite olhar diretamente para o sol.</p>
 <p>Use óculos de proteção em ambientes com excesso de pó, vapores, ácidos ou onde se manipula solda.</p>	 <p>Não esfregue os olhos com as mãos, pois elas tem microorganismos que podem infectá-los.</p>
 <p>Não brinque com fogos de artifícios, produtos químicos e inflamáveis.</p>	 <p>Use lenços e toalhas individuais quando os olhos estiverem inflamados, vermelhos ou purgando.</p>
 <p>Use óculos, colírios e pomadas somente sob prescrição médica.</p>	 <p>Cuidado com respingos de líquido leitoso das plantas e produtos químicos, lave imediatamente os olhos.</p>
 <p>Procure ajuda médica em acidentes com fagulha de metal, objeto estranho, líquido de planta ou produto químico no olho.</p>	 <p>Consulte o oftalmologista sempre que sentir dificuldade de visão.</p>

PROTEJA SEU OLHOS 25/05/2017 MR COREL

IMPORTÂNCIA DA VISÃO

A visão é um importante meio de integração do indivíduo com o meio ambiente, uma vez que 80% das informações que as pessoas recebem são obtidas por seu intermédio.

GESTANTES

Toda gestante diabética ou com pressão alta deve ir ao oftalmologista durante a gravidez. Esta medida previne problemas graves na saúde ocular, tanto da mãe como do recém-nascido.

O exame pré-natal é importante para identificar problemas que podem ser passados dos pais para os filhos, inclusive doenças nos olhos.

A gestante deve ser orientada quanto às doenças infecciosas, como rubéola, sífilis, gonorréia e outras, que podem trazer problemas graves na visão dos recém-nascidos.

RECÉM-NASCIDOS E LACTANTES

Deve-se observar o tamanho e brilho dos olhos, pois crianças até 1 ano de idade com olhos muito grandes, horror à claridade ou com a **“menina dos olhos” branca** devem ser levadas rapidamente ao médico oftalmologista.

CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Alguns sinais e/ou sintomas indicam problemas de visão que devem ser observados pelos pais, professores e agentes de saúde: vermelhidão dos olhos, lacrimejamento, dificuldade para ler o que está escrito na lousa, dor de cabeça após leitura ou televisão, purgação, crostas e outros.

Crianças com olho torto “vesgas” devem ser levadas ao médico oftalmologista o mais cedo possível.

Todas crianças devem medir a visão pelo menos uma vez por ano. Esta medida pode ser feita a partir dos 3 ou 4 anos de idade.

ADULTOS E IDOSOS

Toda pessoa deve passar em consulta com médico oftalmologista pelo menos uma vez por ano, e as com mais de 35 anos devem medir a pressão dos olhos para detecção do glaucoma. Diabéticos e Hipertensos devem realizar controles de fundo de olho.

Pessoas idosas podem apresentar visão baixa devido à presença de catarata, devem consultar o médico oftalmologista para tratamento adequado.