



Pílulas
de
Saúde



VAMOS FALAR SOBRE PRESBIOPIA?

Mais conhecida como vista cansada, essa condição representa a dificuldade na visão de perto, geralmente percebida por volta dos 40 anos de idade.

Você sabe por que isso acontece?

Cada um de nossos olhos possui um músculo circular que se conecta 360 graus, por meio das fibras zonulares ao cristalino (a lente natural interna), mudando a sua forma.

Quando estamos olhando para longe, esse músculo está relaxado, deixando o cristalino mais “fino”. Já para ver de perto, esse músculo se contrai, deixando o cristalino mais “espesso” e nos permitindo focar objetos próximos em um processo chamado de acomodação.

Esse músculo é superpotente nas crianças e jovens, porém, ao longo da vida, sofre um desgaste natural e vai perdendo sua força contrátil, o que fica mais evidente a partir dos 40 anos e progride em grau de zero a +3,00 até os 60 anos de idade, em média.

Nesse momento, os pacientes míopes que passam a vida toda precisando de grau para longe, acabam tendo certa vantagem, já que enxergam muito bem de perto sem óculos, mesmo perdendo a força de contração do músculo responsável pela acomodação.

Sendo assim:

- **pacientes emétopes** (aqueles que não possuem grau) podem optar por óculos de perto ou um multifocal sem grau para longe, se não quiserem ficar colocando e tirando os óculos;
- **pacientes hipermétropes** (aqueles que possuem grau positivo) necessitam de grau para longe e perto, podendo escolher óculos separados ou multifocais;
- **pacientes míopes** (aqueles que possuem grau negativo) podem usar óculos de grau apenas para longe e retirá-los para enxergar de perto ou optar pelos multifocais, caso não queiram ficar colocando e tirando os óculos.

Algumas pessoas podem ter dificuldade em se adaptar aos óculos multifocais, enquanto outras se adaptam facilmente.

O importante é encontrar o que funciona melhor para cada um!

Dra. Letícia Moura Brasil
Oftalmologista