

## Principais problemas de visão corrigidos pelos óculos

**Miopia** - dificuldade para enxergar de longe que costuma surgir na infância, adolescência ou até mesmo no começo da vida adulta. Pode ser progressiva, devido ao crescimento do corpo e o consequente desenvolvimento do globo ocular

**Astigmatismo** - dificuldade de enxergar tanto de perto quanto de longe. Os sintomas, nesse caso, estão ligados a um desconforto visual e à sensação de embaçamento ao tentar focar a visão em um objeto ou texto. Ocorre por causa de irregularidades na curvatura da córnea

**Hipermetropia** - é a dificuldade de enxergar de perto

Fonte - Marco Antonio Olyntho, oftalmologista, da Clínica Olyntho



Armação Sting, na Óticas Diniz, em Rio Preto. R\$ 470

Óticas Diniz/Divulgação

Saúde

# Guia dos óculos perfeitos

JÉSSICA REIS

**O**s óculos são acessórios indispensáveis para quem tem algum problema de visão, além de darem um toque especial ao visual. Mas você sabia que não basta apenas saber qual o grau indicado? O tipo de lente, curvatura e armação são importantes para corrigir de forma adequada a visão.

O oftalmologista Marco Antonio Olyntho, da Clínica Olyntho, explica que os principais problemas que atingem a população e que podem ser corrigidos com o uso de óculos ou lentes de contato são miopia, astigmatismo e hipermetropia. O especialista alerta que é preciso cautela ao escolher as lentes tanto para os óculos de sol quanto para os de grau. “Deve-se levar em consideração, além da radiação solar, fatores como o impacto das luzes artificiais e o estresse cada vez mais comum causado à vista das pessoas que passam horas em frente a telas de computadores ou telefones celulares”, explica Olyntho.

O primeiro passo para escolher os óculos é a visita ao oftalmologista, já que nem sempre uma alteração refracional significa a necessidade de correção. Quando há indicação, a oftalmologista Thaís Shiota Tanaka Chega, do Horp, diz que o médico poderá orientar sobre a lente e a armação. “Dentre os tipos de lentes existe a monofocal - tem um campo de visão, sendo para perto ou para longe; a bifocal - tem dois campos

de visão, longe e perto, separados por uma linha divisória; e a multifocal - não existe linha divisória, há múltiplos focos de visão com gradações progressivas, visão longe, intermediária e perto”, explica.

Para a oftalmologista Thaissa Faloppa, do HO Redentora, é muito importante se preocupar com a qualidade das lentes. Segundo a médica, lentes falsificadas e sem proteção adequada podem causar danos à saúde ocular, por isso é indicado seguir as recomendações do oftalmologista e se certificar da procedência da marca das lentes. “Atualmente, é possível encontrar no mercado lentes com ótimo custo-benefício. Vale lembrar que essas recomendações também são fundamentais para os óculos de sol. Eles precisam possuir lentes com boa procedência, que barram os raios ultravioletas e evitam os problemas que podem surgir com a exposição solar sem proteção”, diz.

Ainda segundo Thaissa, as lentes antirreflexo reduzem os reflexos de luz nas lentes dos óculos e proporcionam uma visão mais nítida, além de ajudar na manutenção das lentes. Já as lentes que protegem contra a luz azul filtram os raios azuis nocivos impedindo que eles cheguem à retina. A luz azul está presente, principalmente, em celulares, tablets, telas de computadores e TV, e prejudica a saúde ocular. “O ideal é sempre conversar com o seu oftalmologista para ele indicar o melhor tipo de