



Os olhos das crianças

Observar os olhos das crianças
para detectar um problema de vista

www.osolhosdascriancas.org
em 8 idiomas

Fondation Asile des aveugles

Uma doação para a vista, uma doação para a vida.

CCP 10-2707-0

Conceito et redação: Dr P.-F. Kaeser et Dr N. Voide

Grafismo: studio KO, Yverdon-les-Bains

Releitura por Escolhares

Folheto realizado com o apoio do Fundo Ingvar Kamprad

© 2019 Hôpital ophtalmique Jules-Gonin, Lausanne

Reprodução autorizada com a indicação da fonte:

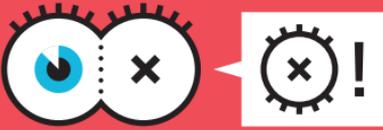
Hôpital ophtalmique Jules-Gonin, www.ophtalmique.ch



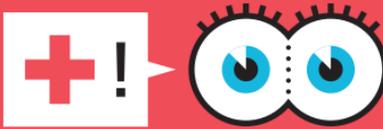
**Hôpital ophtalmique
Jules-Gonin**

Service universitaire d'ophtalmologie
Fondation Asile des aveugles


Escolhares



Mesmo que as crianças não vejam bem, raramente se queixam de um problema de vista.



É importante fazer exames cedo, já que os problemas de vista, se não forem corrigidos, podem causar uma perda permanente da visão.

Como reconhecer um problema de vista ?

Se observar qualquer um destes sinais, consulte o seu pediatra ou um oftalmologista.

Como são os olhos do seu filho ?



Não estão alinhados, estão sempre tortos ou só de vez em quando.

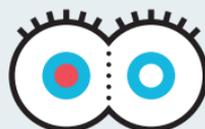
Se se entortarem subitamente e de forma permanente consulte um médico urgentemente!



Bastante instáveis, se mexem o tempo todo



Uma pálpebra cobre quase totalmente um olho



Numa foto com flash, um olho apresenta um reflexo vermelho e o outro olho um reflexo branco



As pálpebras ficam vermelhas, inchadas ou formam crostas



Os olhos lacrimejam ou ficam vermelhos

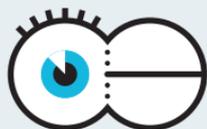
O que é que seu filho faz?



Não olha para você, não acompanha objetos em movimento



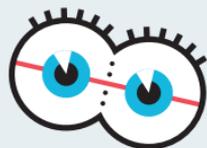
Não reage ao passar da sombra para a luz



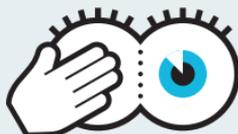
Pisca os olhos com muita frequência



Lê com dificuldade ou aproxima muito os objetos do rosto



Inclina a cabeça de forma anormal



Fecha ou cobre um olho



Esfrega muito os olhos



A luz o incomoda



Franze muito os olhos

O que é que seu filho diz ?



« Meu olhos estão coçando »
« Meus olhos estão ardendo »
« Não estou enxergando »

Depois de ter estudado com atenção ou depois da escola, diz :



« Estou com dor de cabeça »
« Estou tonto »
« Estou enjoado »



« Vejo tudo embaçado »
« Vejo tudo em dobro »

Lembre-se
de que uma visão
fraca pode
facilmente passar
despercebida !

Existem casos de problemas de vista na família?

Se os pais, irmãos ou irmãs tiverem um problema de vista, a criança apresenta um maior risco de também ter esse problema.



Neste caso, recomenda-se a realização de um exame no oftalmologista durante o primeiro ano de vida.

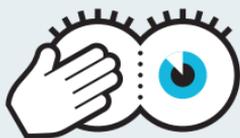
Um primeiro teste simples da vista



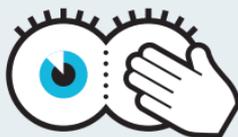
Se a criança não enxergar bem com um dos olhos ela se adaptará e o problema pode passar completamente despercebido. Portanto, é importante verificar se a criança vê a mesma coisa com os dois olhos.

Num bebé:

Tapar um olho...



Depois o outro...



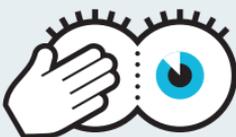
A reação é igual dos dois lados?



Chora sempre quando tapa o mesmo olho?

Numa criança maior :

Tapar um olho...



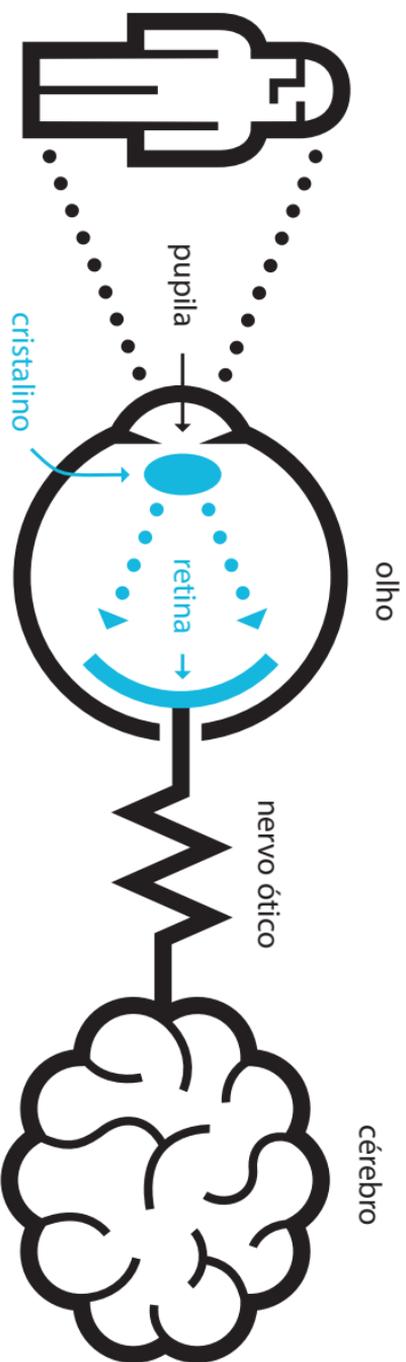
Depois o outro...

Consegue ver as imagens mais pequenas dos dois lados ?



Faça o teste que se encontra na parte de trás do folheto (cuidado com os pequenos espaços entre os dedos : não deve poder «espiar»!)

Consulte
o seu pediatra ou
o seu oftalmologista
se tiver a impressão de que
há uma diferença de visão
entre os dois olhos.



Como se forma a visão ?

Como se desenvolve a visão das crianças?

A visão da criança não atinge a maturidade ao nascer. Desenvolve-se de forma progressiva até à idade escolar.



Nascimento: A visão é desfocada (5% da visão adulta) e em preto e branco. O recém-nascido vê principalmente os objetos com muito contraste de perto e o seu campo de visão ainda é muito pequeno.



2-3 meses: O bebé consegue fixar o seu olhar, seguir o rosto da mãe e, mais tarde acompanhar objetos em movimento, responde aos sorrisos. Percebe e diferencia as cores.



3-9 meses: Os 2 olhos começam a colaborar entre si, o que permite que o bebé veja relevos (3D). Começa a enxergar detalhes.



1 ano: A visão continua desfocada, estima-se que corresponde a entre 30% a 40% da visão do adulto. Há uma melhoria da coordenação entre os olhos e as mãos.



4 anos: A retina está totalmente desenvolvida, mas a visão só ainda é de cerca de 60%.



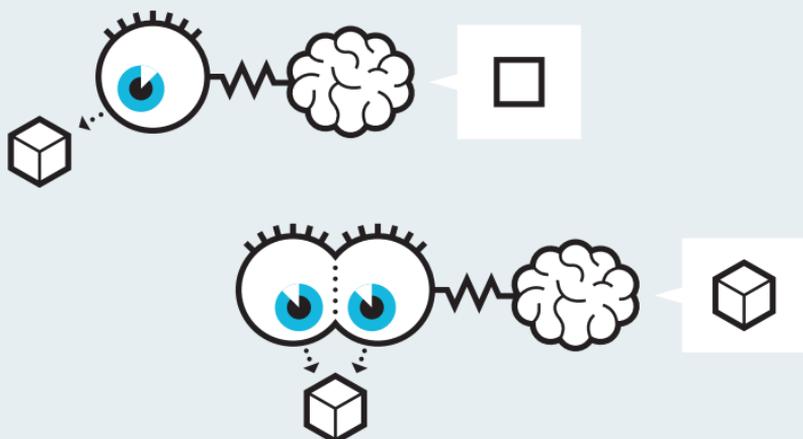
7 anos: A visão corresponde à de um adulto (100%), mas o seu desenvolvimento "fino" ainda continua.

Por que é importante ver bem com os dois olhos?



Os dois olhos competem durante todo o desenvolvimento da visão. Se a visão de um olho for pior que a do outro ou houver estrabismo, esse olho pode ser deixado de lado pelo cérebro, já que o cérebro usará apenas as informações transmitidas pelo olho « bom ». Chama-se ambliopia, e afeta 5% a 10% das crianças.

Uma vez que os dois olhos estão lado a lado, transmitem duas imagens um pouco deslocadas ao cérebro. O cérebro junta-as e cria, dessa forma, a visão em 3D. Portanto, são necessários dois olhos para ver bem o relevo.



O que fazer se a visão de um dos olhos for inferior?

Como tratar a ambliopia?

O tratamento tem 3 componentes:



1. Fornecer uma imagem ao olho: operar uma pálpebra que cubra totalmente o olho, remover a opacidade dos meios transparentes do olho (por exemplo catarata)...
2. Tornar a imagem nítida: usar óculos se necessário
3. Obrigar o cérebro a utilizar o olho «fraco»: geralmente ao tapar o «melhor» olho com um tapa-olho durante algumas horas por dia

A partir de uma determinada idade, deixa de ser possível voltar a ensinar o cérebro a «ver» com os dois olhos. Por isso, é indispensável realizar um exame de vista cedo.

Quanto mais cedo for realizado o tratamento, maior será a sua eficácia e rapidez.

Exemplos de problemas de visão

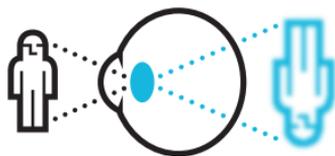


Miopia

O olho é comprido demais e vê tudo desfocado à distância.

Hipermetropia

O olho é curto demais e vê tudo desfocado de perto. Até um determinado valor, o olho pode compensar focando (acomodação), mas isto pode resultar em fadiga ou mesmo em estrabismo.



Astigmatismo

O « vidro » do olho, a córnea, possui uma forma irregular, o que cria uma imagem desfocada.

Estrabismo

Os olhos não estão alinhados: um dos olhos é vesgo, para dentro, para fora ou na vertical.



Catarata

A « lente » do olho, o cristalino, é opaco, o que cria uma imagem bastante desfocada.

Todos estes problemas podem causar ambliopia, uma visão ruim de um olho.

Como escolher os óculos das crianças?

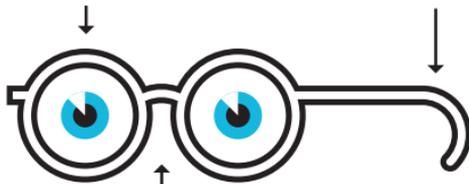
O «mundo» das crianças está a frente delas, mas também bastante acima delas: por exemplo, elas tem que de levantar os olhos para ver as pessoas. Além disso, elas se mexem muito mais que um adulto!



3 elementos são essenciais:

Vidros grandes para que a criança consiga ver sempre através, mesmo quando olha para cima

Um bom suporte por trás das orelhas



Um bom apoio no nariz para que os óculos não escorreguem



Atenção ao sol!

A lente do olho, o cristalino, é transparente até os 9 anos e não protege o olho contra os raios de sol. As crianças devem, portanto, usar óculos de sol quando estiverem expostas ao sol, por exemplo na praia ou na piscina.

Teste de visão para a criança

Tapar um olho e, em seguida, o outro... Consegue ver as imagens mais pequenas tão bem de um lado quanto do outro?



Existem vários testes oftalmológicos que permitem determinar se a acuidade visual é suficiente. Este é uma interpretação livre dos testes padronizados e só serve para detectar uma diferença de visão entre os dois olhos.