

Autor: Vitor Rego

Última atualização: 2018/10/02

Palavras-chave: Catarata; cristalino; visão turva; diminuição da acuidade visual; facoemulsificação

Resumo

As cataratas consistem na diminuição da transparência do cristalino, o que provoca uma diminuição progressiva da acuidade visual e visão turva. Pode também ocorrer percepção de duas imagens de um único objeto quando apenas um olho está aberto e alteração da percepção das cores.

As cataratas são geralmente decorrentes do processo de envelhecimento, existindo outros fatores de risco associados como a diabetes, traumatismos oculares e uso crónico de corticosteroides.

O seu desenvolvimento é geralmente progressivo e indolor. Evitar ou controlar os fatores de risco é importante, mas não existe nenhum medicamento eficaz para a sua prevenção.

O tratamento passa pela cirurgia. Esta é geralmente um procedimento rápido, com riscos reduzidos, recuperação rápida e resultados favoráveis. A cirurgia não é urgente em muitos dos doentes, e depende do impacto que as alterações visuais têm nas atividades quotidianas e qualidade de vida da pessoa.

O que é uma catarata?

A **catarata** é uma diminuição da transparência do cristalino, parte do olho que se situa por trás da íris (parte colorida do olho).

O cristalino é uma lente parecida com a de uma máquina fotográfica, e contribui para a focagem da imagem. Qualquer alteração nesta lente irá provocar interferência na qualidade da captação da imagem.

Epidemiologia

As cataratas são a **principal causa de cegueira** a nível mundial.

As alterações no cristalino podem ocorrer em qualquer idade mas são pouco frequentes antes dos 40 anos, aumentando a sua prevalência com a idade.

Em Portugal, a incidência e a prevalência das cataratas são mal conhecidas. Em 2008, segundo a Direção-Geral da Saúde, estimava-se que 170.000 pessoas sofriam de cataratas, sendo que 6 em cada 10 pessoas com mais de 60 anos apresentavam sinais desta doença.

Fatores de risco

A catarata é geralmente decorrente do **processo de envelhecimento** (catarata senil). Existem outros fatores de

risco que têm vindo a ser relacionados com o desenvolvimento de cataratas, sendo os mais frequentes:

- Doenças sistémicas, como diabetes;
- Traumatismos oculares;
- Exposição prolongada aos raios ultravioleta (exemplo: Sol);
- Predisposição genética;
- Fármacos, como corticosteroides;
- Tabagismo;
- Obesidade;
- Inatividade física;
- Consumo excessivo de álcool.

Sinais e sintomas

O desenvolvimento de cataratas é um processo geralmente progressivo e indolor, permanecendo a **maioria das pessoas assintomática** durante anos.

Quando se tornam sintomáticas, destacam-se entre as alterações visuais referidas pelos doentes a **visão turva** com **diminuição** progressiva da **acuidade visual**.

Algumas pessoas podem ainda referir:

- **Diplopia monocular** (perceção de duas imagens de um único objeto quando apenas um olho está aberto);
- Alteração da **perceção das cores**;
- **Dificuldade na visão noturna** e alteração da sensibilidade à luminosidade.

O diagnóstico de uma catarata tem por base os exames oftalmológicos, incluindo a avaliação do fundo ocular.

Apesar de ser também importante avaliar os sintomas, a acuidade visual e os determinantes pessoais e familiares, é necessário referir que uma pessoa assintomática pode ter cataratas.

Prevenção

Até ao momento **não existe nenhum fármaco aprovado para prevenir, atrasar ou reverter o desenvolvimento de uma catarata senil**.

As atitudes preventivas para diminuir o risco do seu aparecimento consistem em controlar e evitar os fatores de risco através de medidas como:

- Não fumar;
- Adotar uma alimentação saudável;
- Proteger os olhos da radiação ultravioleta (ex: uso de óculos de sol), sobretudo se tiver uma atividade prolongada no exterior.

Tratamento

O único tratamento é a cirurgia. Contudo, nem toda a catarata senil requer intervenção cirúrgica no momento do diagnóstico. Para se avaliar a existência de uma verdadeira necessidade de intervenção cirúrgica devem-se considerar os riscos, as outras patologias e a situação da pessoa bem como o impacto que as cataratas têm na qualidade de vida e atividades quotidianas da mesma.

Uma vez tendo o diagnóstico estabelecido, devem também ser tomadas medidas como:

- Controlar e evitar os fatores de risco;
- Vigiar a evolução dos sintomas e sua repercussão no dia-a-dia;
- Efetuar exame oftalmológico regularmente, não sendo consensual a sua periodicidade. (A Academia Americana de Oftalmologia recomenda vigilância anual se a pessoa tiver mais de 65 anos ou de 2 em 2 anos se for mais novo.)

O tratamento cirúrgico é considerado de baixo risco. Dura geralmente menos de 30 minutos e é efetuado em regime ambulatorio apenas com anestesia tópica (através de gotas) ou simples sedação. O seu prognóstico é bom, a taxa de sucesso é muito elevada e a recuperação é geralmente rápida.

O procedimento cirúrgico mais frequentemente realizado denomina-se facoemulsificação, que consiste na remoção do cristalino através de ultrassons, mantendo-se parte da sua cápsula, e sua substituição por uma lente intraocular artificial.

No período pós-operatório, serão necessárias medidas como a proteção ocular e a aplicação de colírios. É importante evitar traumatismos no olho (como coçar?), o contacto com fumos tóxicos, e realizar esforço físico e levantamento de cargas pesadas. Mais tarde, se necessário, podem ser receitados novos óculos ou lentes de contacto.

Recomenda-se que a vigilância após cirurgia seja realizada a cada 1-2 anos se não houver alteração da acuidade visual.

É possível que apareça uma opacificação secundária da cápsula após a cirurgia - a "catarata secundária", caracterizada pelos mesmos sintomas de visão embaçada e diminuição da acuidade visual. O tratamento com laser geralmente é suficiente para resolver a situação.

Conclusão

O aparecimento de cataratas está associado sobretudo à idade avançada e resulta em alterações visuais que podem ser geralmente resolvidas através de uma cirurgia geralmente rápida, eficaz e segura.

Referências recomendadas

- [What are cataracts? American Academy of Ophthalmology](#)
- [Cataract in the Adult Eye PPP ? 2016 American Academy of Ophthalmology](#)
- [Senile Cataract \(Age-Related Cataract\) MEDSCAPE](#)
- [Rede Nacional de Especialidade Hospitalar e de Referência ? Oftalmologia](#)
- [Sociedade Portuguesa de Oftalmologia](#)

[Voltar à página inicial](#) [Tem alguma dúvida? Fale connosco](#) *****

Vitor Rego