



## Doenças oculares atingem mais as mulheres

As mulheres são mais atingidas por problemas oculares do que os homens. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), duas a cada três pessoas cegas no mundo são mulheres. Diante disso, a oftalmologista Kátia Mello, diretora do Centro da Saúde Ocular Kátia Mello, em Duque de Caxias, Rio de Janeiro, aproveita este Mês da Mulher para alertar sobre a importância da prevenção de doenças que afetam os olhos femininos.

Questões socioeconômicas, como as diferenças educacionais e financeiras, estão entre os motivos apontados pela OMS para a prevalência de doenças oculares em mulheres. Muitas não têm acesso a informações sobre cirurgia de catarata, glaucoma, entre outros problemas que afetam a visão. Em muitos casos, devido à distância de suas moradias, algumas também enfrentam dificuldades para acessar unidades de saúde.

De acordo com o Conselho Brasileiro de Oftalmologia (CBO), as doenças oculares que afetam desproporcionalmente mais mulheres do que homens são variadas. Alguns exemplos são a degeneração macular relacionada à idade, retinopatia diabética, olho seco, glaucoma, catarata, doenças neurooftalmológicas, doenças oculares inflamatórias e as relacionadas ao fluxo sanguíneo na região dos olhos.

Outro fator que contribui para a maior suscetibilidade das mulheres a doenças oculares é o fato delas estarem vivendo mais do que os homens. Segundo o IBGE, enquanto a expectativa de vida dos brasileiros é de 71,3 anos, a da população feminina é, em média, 78,6 anos. Por isso, elas ficam mais expostas à catarata, degeneração macular, retinopatia diabética, síndrome do olho seco, entre outros problemas na visão.

Além de fatores ambientais, sociais e idade avançada, os problemas oculares em mulheres podem ter causas genéticas, hormonais e imunológicas. Doenças autoimunes como [lúpus](#), [artrite reumatoide](#) e esclerose múltipla, que podem comprometer a visão, atingem com mais frequência as mulheres.

A oftalmologista Kátia Mello explica também que durante a gravidez é necessária uma atenção redobrada à saúde ocular. “Nesta fase, os olhos costumam apresentar maior vulnerabilidade. É comum a mulher sentir a visão embaçada, olhos secos e ter reações a lentes de contato, além de aumento de grau de problemas refrativos já existentes, como presbiopia, hipermetropia, miopia e astigmatismo. Outra preocupação é com a pré-eclampsia, que consiste no aumento da pressão arterial, ocasionalmente a partir da 20ª semana, e o diabetes gestacional. Ambas podem provocar sequelas graves na visão”, orienta. “Exames oftalmológicos também devem fazer parte do pré-natal”, completa.

Visitas oftalmológicas periódicas devem estar incluídas na rotina de todas as mulheres. Além disso, de acordo com Kátia Mello, hábitos saudáveis também contribuem para a saúde da visão. Alimentação equilibrada, atividades físicas, controle do estresse, usar óculos escuros com proteção contra os raios ultravioleta, não fumar e evitar bebidas alcoólicas são algumas atitudes que ajudam a manter a saúde ocular.

De acordo com a médica, uma maior atenção governamental à saúde ocular feminina também é imprescindível. “Programas e projetos que facilitem o acesso a orientações, consultas e tratamentos oftalmológicos pelas mulheres de renda mais baixa são muito importantes para reduzir essa prevalência de doenças oculares em mulheres”, comenta Kátia Mello.

Fonte: [Baixada Fácil](#)

[Read More](#)

---