

Serviços de Saúde Ocular



**Mais
Optica**

Visão e Audição

O teu olhar és tu



Índice

Baixa Visão	4
Retinografia	6
Controlo Pressão IntraOcular (PIO)	8
Terapia Visual	10
Ortoqueratologia	12
Próteses oculares	14



Baixa Visão



1 | Para quê:

A Baixa Visão compreende um conjunto de técnicas destinadas a melhorar a qualidade de vida das pessoas com dificuldades visuais.

2 | Para quem:

Segundo a OMS (Organização Mundial da Saúde), uma pessoa tem baixa visão quando, no olho com melhor visão, tem visão igual ou inferior a 30% ($AV \leq 0,3$) e/ou um campo de visão menor do que 10° , e embora não podendo melhorar através de métodos standard, tais como óculos ou lentes de contacto convencionais, usa ou tem a possibilidade de usar a visão para planificar e realizar uma tarefa.

3 | Como e onde:

As revisões são efetuadas nos nossos gabinetes por uma equipa de optometristas especializados em baixa visão, com um equipamento específico para diagnosticarem e darem a melhor solução para cada caso.

4 | Esquema de consultas:

Consulta inicial: revisão do estado visual e procura de ajudas visuais necessárias para melhorar a qualidade de vida em tudo o que diz respeito à visão.

Consultas de treino: para poder dominar os elementos de ajuda, tais como telelupas, ajudas eletrónicas...

5 | O que está incluído:

- + **Na "Consulta Inicial":** está incluída a realização de todas as provas optométricas necessárias, bem como um estudo das necessidades visuais do cliente, chegando a um plano de ajudas visuais personalizadas.
- + **Nas "Consultas de treino":** está incluída a prática e ensino de utilização das ajudas visuais necessárias a cargo do optometrista especialista. As consultas são de 1 hora de duração.

Retinografia



1 | **Para quê:**

A retinografia permite avaliar a possibilidade de padecer duas das principais patologias do sistema visual: degeneração macular (DMAE) e retinopatia diabética.

2 | **Para quem:**

Destinado a todos os clientes que possam ter antecedentes de qualquer tipo de diabetes (tipo I ou II) ou que a tenham, e a todos os maiores de 45 anos como prevenção das consequências de ter degeneração macular (DMAE), uma vez que o sistema diagnostica indícios destas doenças desde o seu estadio inicial.

3 | **Como e onde:**

A prova consiste numa fotografia do fundo do olho (retina) para obter uma avaliação imediata, feita pelos nossos optometristas. Caso seja necessário, e em função do resultado da fotografia, pode pedir-se a avaliação com relatório personalizado do nosso oftalmologista especialista em retina.

4 | **Esquema de consultas:**

Consulta única com recomendação de revisão dependendo do resultado: 3, 6 ou 12 meses.

5 | **O que está incluído:**

- + **Fotografia de fundo de olho** com resultado imediato.
- + **Avaliação pelo oftalmologista** quando é necessário.
- + **Relatório com avaliação** em ambos os casos.

Controlo **Pressão** **IntraOcular** (PIO)



1 | **Para quê:**

Medir a pressão intraocular (PIO), valor significativo do globo ocular, permite-nos prevenir a possibilidade de desenvolver glaucoma, uma das patologias oculares que pode provocar maior incapacidade visual.

2 | **Para quem:**

É recomendável seguir-se um controlo periódico da pressão intraocular a partir dos 40 anos, sobretudo no caso de pessoas com antecedentes familiares de glaucoma, para as quais poderia ser recomendável fazê-lo mesmo antes desta idade.

3 | **Como e onde:**

A medição da PIO é feita mediante um instrumento denominado tonómetro de não contacto, o qual é totalmente seguro e inócuo, não produzindo qualquer incómodo.

4 | **Esquema de consultas:**

É recomendável medir a PIO pelo menos 1 vez por ano, variando a periodicidade em função do resultado da mesma e dos antecedentes oculares familiares referentes ao glaucoma.

5 | **O que está incluído:**

- + **Medição da PIO e análise do resultado** por parte do optometrista.
- + **Entrega de relatório com os resultados**, que inclui historial de medidas, no caso de haver, com data e hora da tomada dessas medidas.

Terapia Visual



1 | Para quê:

A Terapia Visual ou treino visual, destina-se a desenvolver, melhorar e reforçar as habilidades e capacidades visuais à base de exercícios específicos, melhorando as alterações que dificultam o correto desenvolvimento visual e que não é possível solucionar nem com óculos nem com lentes de contacto, e que também não correspondem a uma patologia ocular nem a um problema de baixa visão.

2 | Para quem:

Uma visão eficaz permite melhor rendimento escolar e laboral.

A terapia visual é fundamental na idade escolar, apesar de ser indicada para pessoas de todas as idades com problemas associados a qualquer tarefa visual (deficiente compreensão leitora, problemas de aprendizagem, lentidão da leitura/escrita...).

3 | **Como e onde:**

Uma vez detetada a disfunção visual, é feita uma primeira consulta nos nossos gabinetes de graduação com o objetivo de analisar detalhadamente qual o tratamento necessário e criar um plano de treino visual personalizado, que consta de varias sessões numa sala especialmente desenhada para o efeito.

Periodicamente, efetuam-se revisões de seguimento para controlar a evolução do caso. Todas estas consultas são levadas a cabo pelos nossos optometristas especializados em terapia visual.

4 | **Esquema de consultas:**

Consulta inicial: provas diagnósticas e planificação de sessões de treino.

Treino no centro: sessões em gabinetes e explicação do treino em casa.

Consulta Revisão: avaliação após 5-10 sessões do treino em gabinetes.

5 | **O que está incluído:**

- + **Na "Consulta inicial":** estão incluídas todas as provas optométricas necessárias para realizar um plano de treino visual específico para melhorar a disfunção visual detetada.
- + **Nas "Sessões de treino":** sessões de 30' com o optometrista especializado em Terapia Visual estruturadas em revisão do trabalho feito em casa, treino específico da sessão e instruções dos exercícios seguintes para serem feitos em casa.
- + **Na "Consulta revisão":** incluídas as provas optométricas de controlo destinadas a avaliar a evolução de cada caso.

Em cada uma das consultas, é entregue um relatório pormenorizado que inclui os resultados e/ou exercícios a realizar em casa.

Ortoqueratologia



1 | **Para quê:**

Correção ótica mediante lentes de contacto RPG especialmente criadas para serem usadas durante a noite com o objetivo de não precisar de mais nenhuma ajuda visual durante o dia. Também é uma ferramenta de controlo da miopia em crianças.

2 | **Para quem:**

Para todos os clientes com miopia baixa-média que não querem utilizar nem óculos nem lentes de contacto durante o dia. Também para crianças até aos 12 anos aproximadamente como controlo da evolução da miopia.

3 | **Como e onde:**

As revisões são realizadas nos nossos gabinetes por uma equipa de optometristas especializados em ortoqueratologia, mediante um equipamento específico (topógrafo e apoio informático) necessário para a criação das lentes de contacto específicas para cada caso.

4 | **Esquema de consultas:**

Primeira consulta: informação e estudo preliminar.

Segunda consulta: controlo e avaliação depois de usar as lentes aprox. 45 minutos.

Controlo 1: após uma noite de uso (controlo de manhã).

Controlo 2: após três noites de uso (controlo de manhã).

Controlo 3: após uma semana de uso (controlo de manhã e à tarde).

Controlo 4: após três semanas de uso (controlo de manhã).

Controlo 5: após um mês de uso (controlo de manhã e à tarde).

Controlo 6: após três meses de uso (controlo de manhã).

Controlo 7: após seis meses de uso (controlo de manhã).

Controlos posteriores: de seis em seis meses (mínimo).

5 | **O que está incluído:**

Estão incluídas todas as provas e revisões necessárias durante o primeiro ano após a primeira consulta.

- + **Primeira consulta (consulta sobre a viabilidade do tratamento):** controlo da graduação e topografia da córnea para avaliar a viabilidade do tratamento.
- + **Segunda consulta:** avaliação das lentes de contacto após 45' de uso e instruções de utilização (como pôr e tirar as lentes de contacto, manutenção e recordatório da revisão seguinte).
- + **Consultas de controlo:** nas restantes consultas, controla-se a visão sem as lentes de contacto e a adaptação às mesmas. Executa-se sempre uma topografia de controlo à córnea.

Próteses oculares



1 | **Para quê:**

Serviço dirigido a todas as pessoas que requerem uma melhoria estética no olhar devido à perda parcial ou total de um ou de ambos os olhos, melhorando assim a sua qualidade de vida.

2 | **Para quem:**

Indicado para todas as pessoas que perderam parcial ou totalmente um ou ambos os olhos por um traumatismo ou doença no órgão que obrigou à respetiva remoção.

3 | **Como e onde:**

Estas adaptações são efetuadas nos nossos gabinetes por uma equipa de ocularistas especializados em Próteses oculares, mediante uma série de técnicas e equipamento muito específicos.

4 | **Esquema de consultas:**

1ª consulta: abertura de historial e adaptação da prótese provisória, caso seja a primeira vez que usa.

2ª consulta: tomada de medidas físicas e estéticas da prótese definitiva (tamanho, forma, cor da íris, cor da esclera...).

3ª consulta: entrega e instruções de uso da prótese à medida.

Consultas de revisão: é recomendável uma consulta passados 15 dias do início do uso da prótese e, a partir deste momento, uma cada 6 meses de controlo.

6 | **O que está incluído:**

+ **Garantia de adaptação:** durante os primeiros 4 meses a partir da entrega da prótese, está garantido qualquer retoque e/ou repetição da mesma com o objetivo de melhorar a adaptação.

Vem à Mais Optica e

*diz-me
como
olhas.*



**Mais
Optica**

Visão e Audição

maisoptica.pt

Serviço de Apoio ao Cliente
800 114 297

Segue-nos em



#oteuolharestu