

Shopping *Saúde*

# Saiba o que é blefarite e como tratá-la

LÍLIAM RANA

**C**oceira e sensação de areia nos olhos. Caspas (ou cascas) nos cílios e uma leve esma branca no globo ocular pela manhã. Irritação com frequência, visão embaçada e lacrimação. Estes são os sintomas da blefarite, que apesar do nome pouco conhecido é uma doença muito comum, passando desapercebida pela maioria das pessoas e os oftalmologistas.

“Dois fatores causam a blefarite: irritações externas e uma predisposição existente para desenvolver o problema”, conta Paulo Henrique Morales, oftalmologista da Escola Paulista de Medicina, em São Paulo. No caso de fatores externos, poeira por exemplo, que causam alergia ou irritação, o tratamento é mais simples, embora não posso ser interrompido. Uma limpeza, que pode ser feita com xampu de criança, elimina o excesso de gordura produzida pela glândula dos cílios. Duas vezes ao dia é ideal, de manhã e à noite. Durante o dia, as lágrimas se encarregam da limpeza e lubrificação natural dos olhos.

A blefarite não tem cura. Para quem tem predisposição, a pele oleosa acaba sendo um sintoma. O tratamento segue desde a limpeza até a utilização de antibióticos. “Com coto-

netes deve-se pressionar as pálpebras próxima aos cílios, onde estão localizadas as glândulas. Ajuda a retirar a gordura”, explica Amarylis Ozakian, oftalmologista do Hospital das Clínicas, em São Paulo.

A blefarite pode levar a dois problemas conhecidos: o tersetol, clinicamente chamado de hordéolo, e a conjuntivite. Em casos mais graves, onde aparece uma constante irritação, a administração de antibióticos passa a ser oral. “Coçar os olhos algo muito comum, pode piorar o quadro”, ressalta Amarylis.

A maioria dos casos de rejeição às lentes de contato é devido a blefarite. Antes das cirurgias de cataratas e de miopias a laser, o problema deve ser detectado e tratado pelo médico, caso contrário há riscos de complicações.

**BACTÉRIAS** - Carregamos nos cílios bactérias, que podem ser boas (que impedem doenças) ou más (provocam doenças). “As bactérias boas se alimentam da gordura nos cílios e das bactérias más. Quando há excesso de gordura, as bactérias boas acabam morrendo.” Então pode aparecer a conjuntivite, uma inflamação na membrana que protege a parte externa do globo ocu-



O excesso de gordura nos cílios é uma doença que pode provocar conjuntivite, tersetol e outras irritações

lar e interna das pálpebras. Outro problema comum é o tersetol, espinha na pálpebra causada pelo fechamento das glândulas gordurosas.

**MAQUIAGEM** - Pó de arroz, pó compacto, rímel e lápis podem causar irritação e blefarite. “O lápis deve ser

passado na parte externa e inferior da pálpebra. E os pós podem irritar a região próxima do olho, levando a glândula dos cílios a produzir mais gordura. Voltamos ao ciclo das bactérias boas que não conseguem eliminar as más...”

FOTOS/DIVULGAÇÃO