

GUIA COMPLETO

LENTES DE CONTATO

PARA USUÁRIOS



GIULIANO PREDIGER DOBRI



GIULIANO PREDIGER DOBRI

Giuliano Prediger Dobri é especialista em oftalmologia, com foco em córnea, cirurgia refrativa e lentes de contato. Seu compromisso com a excelência tem ajudado pacientes a enxergarem com mais clareza, promovendo qualidade de vida e bem-estar. Com uma abordagem inovadora e humanizada, alia tecnologia de ponta e conhecimento aprofundado para transformar a visão de seus pacientes. Sua dedicação em tornar a oftalmologia mais acessível e compreensível inspira confiança e reflete um futuro onde a saúde ocular é prioridade.

ÍNDICE

Lentes gelatinosas	04
Limpeza	07
Cuidados essenciais	08
Lentes rígidas	09
Lentes rígidas corneanas	12
Lentes rígidas esclerais	13
Lentes rígidas semiesclerais	14
Adaptação lente de contato	15
Colocação e remoção	18
Contatos	22



LENTES GELATINOSAS

LENTEs GELATINOSAS

COMO COLOCAR

- Inicialmente, manusear lentes de contato pode ser um desafio, pois muitas pessoas sentem receio de tocar nos próprios olhos.
- A adaptação ocorre **gradualmente** e, com treino e paciência, a colocação se torna natural.
- Escolha um ambiente tranquilo, bem iluminado e utilize um **espelho** para facilitar o processo.

PASSO A PASSO

- Lave bem as mãos com água e sabão, evitando o uso de cremes ou loções antes de manusear as lentes.
- Mantenha as unhas aparadas e higienizadas para evitar danos às lentes ou lesões oculares.
- Escolha a posição mais confortável para você, seja sentado ou em pé.
- Coloque a lente sobre a ponta do dedo indicador da mão dominante.
- Com a outra mão, segure os cílios superiores, puxando-os levemente para cima para evitar piscar.
- Use o dedo médio da mão dominante para segurar os cílios inferiores.
- Olhe fixamente no espelho e posicione a lente sobre a córnea com delicadeza.
- Assim que a lente estiver corretamente ajustada, solte os cílios e pisque suavemente para garantir o encaixe adequado.
- Verifique bem se a visão está clara e se há conforto no uso.



LENTES GELATINOSAS

COMO REMOVER

- Lave as mãos com água e sabão antes de tocar nos olhos.
- Segure os cílios superiores e inferiores da mesma forma como fez ao colocar as lentes.
- Utilize os dedos indicador e polegar para formar um movimento de pinça.
- Fixe o olhar no espelho para maior precisão.
- Pince a lente com cuidado para retirá-la sem machucar os olhos.



DICAS ESSENCIAIS

- Evite pressionar a lente com força contra o olho para que ela não fique presa ao dedo.
- Posicione a lente diretamente na córnea, no centro da parte colorida do olho.
- Sempre mantenha os olhos bem abertos ao manusear as lentes.
- Ao segurar a pálpebra, priorize os cílios e não a pele.
- Antes de remover a lente, aplique um colírio lubrificante prescrito pelo seu oftalmologista.
- Para facilitar a remoção, deslize levemente os dedos na direção do centro do olho antes de pinçar a lente.

LENTEs GELATINOSAS

LIMPEZA

- Antes de iniciar a limpeza, lave e seque bem as mãos.
- Retire a lente conforme a técnica recomendada.
- Coloque-a na palma da mão.
- Aplique uma pequena quantidade de solução multiuso e esfregue suavemente com movimentos circulares.
- Armazene a lente no estojo, preenchendo cerca de 3/4 com solução multiuso.
- Antes de reutilizá-las, repita o processo de limpeza.

* Para evitar que a lente caia no ralo da pia, utilize uma proteção enquanto faz a limpeza



CUIDADOS COM O ESTOJO

- A higienização do estojo é fundamental para evitar contaminação por micro-organismos.
- Limpe-o **semanalmente** com detergente neutro e uma escovinha.
- Ferva o estojo periodicamente para garantir a eliminação de bactérias.
- Seque ao ar livre ou utilize papel sem fiapos.
- Substitua a solução multiuso todos os dias.
- Caso não utilize as lentes por alguns dias, troque a solução antes de reutilizá-las.
- Evite encher o estojo até a borda para evitar danos à lente ao rosquear a tampa.

LENTEs GELATINOSAS

CUIDADOS ESSENCIAIS

- Mantenha as unhas sempre limpas e curtas para evitar rasgos nas lentes ou lesões na córnea.
- Higienize bem as mãos antes de tocar nas lentes.
- Evite produtos oleosos antes de manusear as lentes.
- Ao abrir o estojo, verifique onde está a lente para evitar perdê-la.
- Use apenas soluções específicas para lentes de contato gelatinosas.
- **Jamais utilize água, soro fisiológico ou outras substâncias para limpar ou armazenar as lentes.**
- A maquiagem deve ser aplicada somente após colocar as lentes e removida antes de retirá-las.
- As lentes não podem ter contato com água; evite lavar o rosto ou tomar banho enquanto as usa.
- Evite nadar em piscinas, rios ou no mar com lentes de contato devido ao risco elevado de infecção ocular e perda das lentes.
- Nunca durma com as lentes.
- Caso sinta ressecamento nos olhos, utilize um colírio lubrificante indicado por seu oftalmologista.
- No momento de armazená-las, certifique-se de que estão bem posicionadas no estojo e cobertas com solução multiuso suficiente.
- **Tempo máximo de uso diário: entre 10 e 12 horas.**
- Respeite o prazo de validade: há lentes de descarte quinzenal, mensal e anual.



LENTES RÍGIDAS

LENTES RÍGIDAS

O QUE SÃO E COMO MELHORAM A VISÃO?

As lentes de contato rígidas, também chamadas de lentes rígidas gás-permeáveis (RGP), são uma opção avançada para corrigir problemas visuais que não podem ser tratados adequadamente com lentes gelatinosas ou óculos. Elas são especialmente indicadas para pacientes com ceratocone, astigmatismo irregular e outras alterações na córnea.

POR QUE AS LENTES RÍGIDAS MELHORAM A VISÃO?

- **Formato Personalizado:** Diferente das lentes gelatinosas, que se moldam à superfície do olho, as lentes rígidas mantêm sua forma original. Isso cria uma superfície óptica mais regular e melhora a qualidade da visão.
- **Correção de Irregularidades:** Elas corrigem problemas causados por córneas deformadas, como ocorre no ceratocone, onde a visão com óculos ou lentes gelatinosas pode continuar distorcida.
- **Menor Distorsão Óptica:** Como formam uma superfície regular sobre o olho, reduzem aberrações ópticas e proporcionam uma visão mais nítida.



LENTE RÍGIDA

TIPOS DE LENTES RÍGIDAS: CORNEANAS, ESCLERAIS, SEMIESCLERAIS

As lentes de contato rígidas são uma excelente alternativa para quem busca uma correção visual precisa, especialmente em casos de ceratocone, astigmatismo irregular e outras condições que afetam a regularidade da córnea. Dentro dessa categoria, existem três principais tipos de lentes rígidas: corneanas, esclerais e semiesclerais. Cada uma possui características específicas que influenciam a adaptação, conforto e qualidade da visão.



LENTE RÍGIDA CORNEANA

- **Formato Personalizado:** Diferente das lentes gelatinosas, que se moldam à superfície do olho, as lentes rígidas mantêm sua forma original. Isso cria uma superfície óptica mais regular e melhora a qualidade da visão.
- **Correção de Irregularidades:** Elas corrigem problemas causados por córneas deformadas, como ocorre no ceratocone, onde a visão com óculos ou lentes gelatinosas pode continuar distorcida.
- **Menor Distorsão Óptica:** Como formam uma superfície regular sobre o olho, reduzem aberrações ópticas e proporcionam uma visão mais nítida.

LENTES RÍGIDAS

LENTES RÍGIDAS CORNEANAS

As lentes corneanas são as mais tradicionais dentro das rígidas gás-permeáveis (RGP). Elas são menores e cobrem apenas a parte central da córnea, sem ultrapassar a transição para a esclera (parte branca do olho).

COMO FUNCIONAM?

- A lente flutua sobre a córnea, sendo sustentada pelo filme lacrimal.
- Corrigem irregularidades na superfície da córnea ao criar uma interface óptica mais regular.
- Precisam de um pequeno movimento para permitir a troca de lágrima e a oxigenação da córnea.

VANTAGENS

- ✓ Maior oxigenação, pois permite uma troca lacrimal eficiente.
- ✓ Menos produto de limpeza necessário, devido ao tamanho reduzido.
- ✓ Boa qualidade óptica para corrigir astigmatismos e deformidades corneanas.

DESVANTAGENS

- ✗ Pode causar **desconforto** no início, pois não cobre toda a superfície ocular.
- ✗ Maior chance de deslocamento ou perda, especialmente em esportes e atividades físicas intensas.
- ✗ Pode ressecar a córnea em usuários com baixa produção lacrimal.

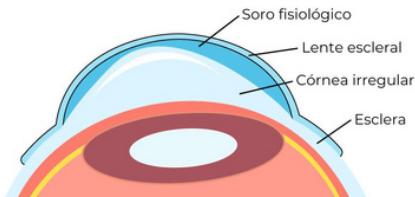
LENTE RÍGIDA

LENTE RÍGIDA ESCLERAIS

As lentes esclerais são maiores e se apoiam totalmente na esclera, sem tocar diretamente na córnea. Esse tipo de lente cria um reservatório de lágrima entre a lente e a superfície ocular, proporcionando **mais conforto e hidratação**.

COMO FUNCIONAM

- A lente repousa sobre a esclera, criando um espaço preenchido por soro fisiológico ou lágrima artificial preservativa.
- Não encosta na córnea, o que pode ser vantajoso para olhos sensíveis ou com alterações corneanas severas.



VANTAGENS

- ✓ **Conforto** superior em relação às lentes corneanas, pois não há atrito direto com a córnea.
- ✓ Ideal para casos de **ceratocone avançado**, pós-transplante de córnea e olhos secos severos.
- ✓ Mantém a hidratação ocular, sendo uma boa opção para pacientes com síndrome do olho seco.

DESVANTAGENS

- ✗ Mais difíceis de adaptar devido ao tamanho maior.
- ✗ Processo de colocação e remoção mais delicado.
- ✗ Necessitam de maior volume de solução para preenchimento e limpeza diária.

LENTE S RÍGIDAS

LENTE S RÍGIDAS SEMIESCLERAIS

As lentes semiesclerais são uma opção intermediária entre as corneanas e esclerais. Elas cobrem uma área maior do que as corneanas, mas não são tão grandes quanto as esclerais.

COMO FUNCIONAM?

- Apoiam-se parcialmente na esclera e parcialmente na córnea.
- Criam um espaço com lágrima entre a lente e a córnea, proporcionando maior conforto do que as corneanas.
- Possuem menos movimento que as corneanas, mas não são totalmente fixas como as esclerais.

VANTAGENS

- ✓ Mais confortáveis que as lentes corneanas, pois distribuem melhor o apoio sobre o olho.
- ✓ Melhor estabilidade em comparação com as lentes corneanas, reduzindo o risco de deslocamento.
- ✓ Boa alternativa para quem não se adapta às lentes corneanas, mas não precisa de uma lente escleral completa.

DESVANTAGENS

- ✗ Ainda podem gerar algum desconforto inicial devido ao contato parcial com a córnea.
- ✗ Necessitam de maior cuidado na adaptação para evitar pontos de pressão desnecessários.

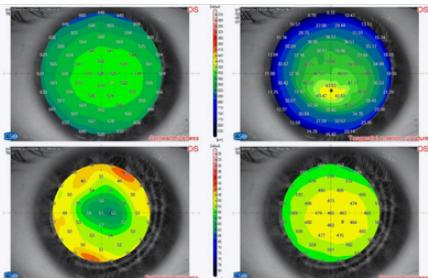
LENTE RÍGIDAS

COMO FUNCIONA A ADAPTAÇÃO DAS LENTES RÍGIDAS

A adaptação de lentes rígidas é um processo personalizado, realizado por um oftalmologista especializado. O teste inclui várias etapas:

1. Medição da Córnea:

Utiliza-se um exame chamado topografia corneana para mapear a curvatura da córnea e entender suas irregularidades.



2. Teste com Lentes de Prova:

O oftalmologista seleciona uma lente de teste com base na curvatura da córnea do paciente. A lente é colocada no olho para avaliar o encaixe e a qualidade da visão.



3. Avaliação da Mobilidade da Lente:

As lentes rígidas precisam ter um leve movimento sobre o olho para permitir a troca de lágrima e oxigenação da córnea. O especialista verifica se a lente está ajustada corretamente.

LENTE RÍGIDAS

4. Teste de Visão: O paciente avalia a nitidez e o conforto da lente, podendo ser necessário testar diferentes tamanhos e curvaturas para encontrar a melhor opção.



5. Teste com fluoresceína: O oftalmologista aplica um corante chamado fluoresceína para verificar o encaixe da lente sob uma luz especial. Isso ajuda a garantir que a lente esteja distribuindo a pressão de forma adequada.



6. Orientação ao Paciente: Depois de escolher o modelo ideal, o paciente recebe instruções detalhadas sobre colocação, remoção, cuidados e adaptação ao uso.

LENTE S RÍGIDAS

QUANTO TEMPO LEVA PARA SE ADAPTAR ÀS LENTES RÍGIDAS?

- Nos primeiros dias, pode haver uma **sensação de corpo estranho** nos olhos, pois as lentes não se moldam completamente à córnea como as gelatinosas.
- O desconforto inicial costuma melhorar após alguns dias de uso contínuo.
- O **tempo de adaptação varia de pessoa para pessoa**, mas geralmente, após uma ou duas semanas, o uso se torna natural.
- O uso regular é essencial para a adaptação. Se a pessoa passar dias sem usá-las, pode sentir desconforto ao colocá-las novamente.

QUEM PODE SE BENEFICIAR DAS LENTES RÍGIDAS?

- Pacientes com ceratocone, pois as lentes ajudam a compensar as irregularidades da córnea.
- Pessoas com astigmatismo elevado ou irregular, onde os óculos ou lentes gelatinosas não oferecem uma boa qualidade visual.
- Casos de pós-transplante de córnea ou cirurgias que tenham deixado irregularidades corneanas.
- Pacientes que buscam maior nitidez visual em comparação com outras opções de correção.

LENTE RÍGIDA CORNEANA

CÓMO COLOCAR

- Posicione a lente no dedo indicador da mão dominante.
- Com a outra mão, levante suavemente a pálpebra superior.
- Utilize o dedo médio da mão dominante para segurar a pálpebra inferior.
- Direcione a lente até o centro da córnea e ajuste-a cuidadosamente.

CÓMO REMOVER

- Puxe a pálpebra superior e a pele inferior em direção à orelha.
- A lente deve se soltar naturalmente e pode ser aparada com a outra mão.
- Se preferir, utilize uma ventosa fina:
 - Posicione a ventosa no centro da lente.
 - Pressione levemente para criar sucção e retire a lente com cuidado.



LENTE RÍGIDA ESCLERAL

COMO COLOCAR

- Segure a lente escleral com três dedos (indicador, médio e polegar) ou utilize uma ventosa.



- Preencha a lente com soro fisiológico sem conservantes (0,9%).



- Abaixe a cabeça e utilize a outra mão para manter as pálpebras abertas.
- Direcione o olhar para a lente e posicione-a com cuidado para evitar derramamento do soro.
- Verifique se há bolhas de ar entre a lente e a córnea. Se houver, refaça o procedimento.

LENTE RÍGIDA ESCLERAL

COMO REMOVER

- O método mais comum para remover lentes esclerais é utilizando ventosa.
- Posicione a ventosa na borda inferior ou lateral da lente enquanto olha na direção oposta.
- Para desfazer a sucção, olhe para baixo e faça leves massagens na lente com o dedo indicador.
- Para remoção manual, olhe para baixo, mova a pálpebra superior e empurre a lente para fora com cuidado.

DICAS PARA REMOVER MAIS FACILMENTE

- Aplique lubrificante ocular antes da remoção.
- Massageie a lente suavemente para reduzir a aderência.
- Utilize ambas as mãos ou um dispositivo de remoção para maior precisão.
- Certifique-se de afrouxar a lente antes de tentar retirá-la.



LENTE RÍGIDA

HIGIENIZAÇÃO DAS LENTES RÍGIDAS E ESCLERAIS

- A limpeza das lentes rígidas e esclerais deve ser realizada exclusivamente com soluções específicas, como Boston Simplus ou outras recomendadas pelo oftalmologista.
- Após o uso, aplique a solução de limpeza na palma da mão e esfregue a lente suavemente com a ponta do dedo.
- Evite aplicar força excessiva para não danificar ou quebrar a lente.
- Sempre armazene as lentes imersas na solução apropriada dentro do estojo, garantindo a desinfecção adequada.
- Troque a solução diariamente para evitar acúmulo de resíduos e possíveis contaminações.



Se você tem dúvidas sobre qual lente é ideal para o seu caso, fale comigo. Será um prazer ajudar.

GIULIANO PREDIGER DOBRI

OFTALMOLOGISTA | CIRURGIA REFRAATIVA | CERATOCONE



- Médico formado na UFMT (Universidade Federal de Mato Grosso)
- Oftalmologista formado no HOB (Hospital Oftalmológico de Brasília)
- Fellowship de córnea, cirurgia refrativa e lentes de contato pelo HOB (Hospital Oftalmológico de Brasília)

CONTATO



(61) 99552-6993



@giulianodobri.oftalmo



<https://drgiulianodobri.com.br>