



Clínica Oftalmológica

Dr. Miguel Sousa Neves

Edifício Portas do Parque I
Avenida 25 de Abril, 62/70
4490-004 Póvoa de Varzim
Tel 252 688 937/8
Fax 252 688 939
www.drmsn.com

Editorial

EM TEMPOS DE CRISE . . .



Dr. Miguel Sousa Neves

Um colega e amigo disse-me que não era sensato investir neste momento mais de 100 mil euros em equipamentos para diagnóstico quando todos se estão a re-trair por causa da crise gravíssima em que vivemos.

A verdade é que, com a crise, as pessoas vão menos vezes ao médico mas irão com certeza escolher aquele que acham que lhes dará maior segurança para o dinheiro que irão gastar. E por isso continuamos a apostar num serviço de qualidade superior e inovador sem custos acrescidos para o paciente. Queremos que esta Clínica continue a ser uma referência no Norte do país e que as pessoas continuem a acreditar que trabalhamos com competência e rigor para que os seus problemas sejam resolvidos rápida e eficazmente.

Na Saúde, mais do que em qualquer outra área, nós temos de estar sempre a aprender coisas novas, a reavaliar continuamente o que fazemos para podermos demonstrar ao longo do tempo que vale mesmo a pena vir até nós.

A compra dos últimos modelos de tomografia óptica coerente (OCT) dos segmentos posterior e anterior permite-nos tratar com muito mais eficácia doentes diabéticos, com degenerescência maculares da idade, com glaucoma, oclusões venosas (tromboses) e muitas outras doenças que atingem várias partes do olho. Eu acredito firmemente que hoje em dia nenhum oftalmologista poderá seguir eficazmente um paciente com retinopatia diabética e edema macular se não tiver em sua posse um OCT.

Estes aparelhos permitem-nos também uma melhor avaliação pré-operatória dos pacientes candidatos a cirurgia para minimizar os erros e maximizar os resultados.

É em momentos de crise que temos que nos superar para podermos continuar a acreditar que um serviço prestado na saúde só tem real valor se demonstrar EXCELÊNCIA. Por isso o nosso empenho continuado em inovação e qualidade no que fazemos.

O NOSSO CONTRIBUTO SOCIAL

Para além da qualidade de serviço que apresentamos a quem recorre aos nossos serviços, aqui nesta Casa sentimos ser nossa obrigação moral apoiar os mais desfavorecidos da Comunidade onde nos inserimos. Daí as nossas parcerias com o Instituto Madre Matilde, Instituto Maria da Paz Varzim, Casa Santa Maria da Estela, Centro de Atendimento Temporário "O Regaço", CPCJ-Comissão de Protecção Crianças e Jovens da Póvoa de Varzim e também de Vila do Conde, PETI-Programa para a Prevenção de Eliminação da Explo-

ração do Trabalho Infantil e Associação Tiflos, a quem oferecemos consultas gratuitas às crianças referenciadas por estas instituições. Também oferecemos consultas gratuitas aos pacientes com paramiloidose enviados pela Santa Casa da Misericórdia da Póvoa de Varzim assim como idosos dessa instituição que tenham muitas dificuldades financeiras.

Somos ainda um dos patrocinadores oficiais da Associação de Apoio às Obras Sociais das Irmãs Franciscanas de Nossa

Senhora (www.apoiosocial-fmns.com) e cerca de 5 a 7% dos lucros anuais desta Clínica são dirigidos para apoio a Instituições que apoiam os mais desfavorecidos da nossa sociedade.

Sentimos ser mais que tudo um dever ajudar aqueles que estão muito pior que nós. Com esta prática não seremos nem melhores nem piores que os outros; apenas consideramos que faz parte integrante da forma de vivermos a nossa profissão.



Prevenir e informar nunca são demais na saúde.

Nesta rubrica, o Dr. Miguel Sousa Neves vai dar resposta a questões frequentes que surgem no nosso dia a dia. Questões que ficam, muitas vezes sem resposta, por se partir do princípio que são demasiado banais, mas que nos assaltam frequentemente.

A minha mãe tem diabetes. Quando é que deve ser vista por oftalmologista?

Dado a diabetes poder “atacar” os olhos e numa 1.ª fase a paciente não se aperceber de nada, então o melhor é vir logo que a diabetes tiver sido diagnosticada. Depois o oftalmologista dirá quando precisará de voltar.

Com que idade aparecem as cataratas?

Podem aparecer a qualquer idade e mesmo à nascença. A catarata é uma peça pequena que temos no olho (cristalino) que deixou de ser completamente transparente. Com a idade todos nós iremos ter cataratas sendo que o mais comum será a tal peça começar a opacificar de forma relevante a partir dos 70 anos.

Quando operam as cataratas retiram o olho?

O olho não é passível de ser retirado a não ser em situações muito específicas. Em mãos expe-

rientes a cirurgia é bastante simples, demora cerca de 10 a 15 minutos, a anestesia consiste apenas em gotas e substituímos uma pequena peça (cristalino) com apoio de um aparelho de ultrassons. Não leva pontos e a pessoa vai logo embora sendo que em casa poderá fazer as tarefas elementares do dia a dia.

O computador estraga a visão?

Não, de modo nenhum. Não há qualquer evidência científica qualificada nesse sentido.

A cirurgia refractiva (miopia/astigmatismo/hipermetropia) pode ser feita em qualquer idade?

Não. Em termos médicos não se deve fazer este tipo de cirurgias antes dos 18 anos e devemos esperar que a graduação estabilize pelo menos durante 1 a 2 anos. Na minha prática clínica (exceptuando casos pontuais de candidatos a lugares no exército ou polícia) eu prefiro esperar pelos 20, 21 anos de idade.

O glaucoma tem cura?

Só casos muito raros de glaucoma congénito (à nascença) ou de ângulo estreito ou fechado poderão eventualmente ter cura após tratamento cirúrgico. A maior parte dos glaucomas não têm cura mas a progressão da doença pode ser travada ou minimizada com tratamento (gotas ou

mesmo cirurgia em casos mais avançados). Como o glaucoma não dá dor e os sintomas de perda de visão só são percecionados tardiamente, nós fazemos o rastreio por rotina em todos os pacientes que vêm à nossa consulta com mais de 40 anos de idade. Lembrar que o glaucoma pode ser mais comum em famílias pelo que se alguém tem glaucoma, os seus familiares directos com mais de 40 anos devem fazer uma consulta de rastreio.

Ler com pouca luz poderá provocar mais tarde a utilização de óculos?

Não. A única coisa que poderá fazer é provocar um certo “cansaço” ocular temporário.

De quanto em quanto tempo tenho que mudar de óculos?

No caso das crianças tudo dependerá da decisão do médico. Nos adultos os óculos poderão ser revistos quando a pessoa sentir que já não vê tão bem ou se sentir astenopia (cansaço ocular frequente quando lê ou faz actividades que obrigam a uma focagem mais pormenorizada).

As cataratas depois de operadas podem voltar?

Não. Uma vez operadas elas nunca mais voltam. No entanto, há casos (hoje em dia cada vez mais

raros pela qualidade melhorada da cirurgia e das lentes que se colocam dentro dos olhos) em que poderá vir a existir uma opacidade de uma cápsula posterior com baixa progressiva de visão (a quem alguém poderá chamar, incorrectamente, de catarata secundária ou “lente suja”); nestes casos a simples aplicação de um laser especial (YAG com duração de menos de 2 ou 3 minutos) poderá restaurar de imediato a visão.

Se me decidir por cirurgia à miopia (lasik ou lentes internas) poderei ir trabalhar ou conduzir no dia seguinte?

Sim. O que pedimos é que evitem coçar/tocar os olhos. Na nossa Clínica tentamos operar estes casos à sexta ou sábado para que a pessoa não interrompa o seu trabalho.

Vejo umas “moscas”. É grave?

Em princípio não é grave, não altera a visão nem tem qualquer tratamento específico. Mas qualquer pessoa que comece a ver subitamente moscas volantes ou algo parecido, deverá consultar de imediato um oftalmologista. Em casos raros poderá haver alterações da retina que se resolvem com um simples laser e evitam complicações mais dramáticas como descolamentos de retina.

O que são “lentes fáquicas”?

São peças minúsculas que são colocadas dentro do olho por uma microincisão para corrigir miopias/astigmatismos/hipermetropias. A cirurgia é muito simples para um cirurgião experiente, as complicações são raras e os resultados costumam ser muito bons. De qualquer maneira o mais importante será o exame prévio que ditará se é seguro fazer tal cirurgia e qual o tipo de lente a utilizar.

A degenerescência macular relacionada com a idade é uma doença hereditária?

Não. Mas como o nome indica, é uma doença da idade. Todos nós iremos sofrer de tal doença quando envelhecermos; felizmente que para a maioria nada de grave irá acontecer. Em casos menos frequentes poderão haver alterações súbitas na visão e hoje em dia há tratamentos relativamente eficazes se os pacientes forem diagnosticados atempadamente. O meu conselho é que, qualquer pessoa que sinta que a sua visão parece ter alterado alguma coisa de um dia para o outro, deverá consultar de imediato um oftalmologista.

Ler no carro pode provocar estragos nos olhos?

Não, mas certas pessoas são susceptíveis a enjoos ou dores de cabeça se lerem no carro.

Quais os conselhos básicos para um diabético evitar ou retardar a diabetes nos olhos?

Uma diabetes muito bem controlada assim como a hipertensão e problemas com colesterol, triglicéridos, exercício físico regular e consultas regulares com o médico de família/endocrinologista e oftalmologista.

O que é a tensão alta nos olhos?

A tensão alta nos olhos é quando a pressão intraocular excede um certo valor estipulado como normal. Poderá evoluir para glaucoma e deve ser sempre seguido por oftalmologista.

Há injeções que se espetam dentro do olho para tratar a diabetes?

Sim, nós injectamos cada vez mais produtos dentro dos olhos para tratar não só a diabetes como também as oclusões venosas (tromboses) e a degenerescência macular. Para um médico experiente é um procedimento extremamente simples e rápido e pode/deve ser repetido as vezes que forem necessárias. É praticamente indolor mas deve ser feito num bloco cirúrgico para se terem as melhores condições de assepsia (limpeza) para evitar infecções.

Há uns anos uns doentes cegaram por uma injeção nos olhos? Qual foi a causa?

A causa foi que injectaram o produto errado nos olhos desses doentes. O produto utilizado não tinha nada a ver com os que utilizamos habitualmente e houve um erro humano que custou a visão a várias pessoas. No nosso caso temos um protocolo especial há vários anos pelo que será impossível injectar o produto errado.

O meu pai tem 93 anos e está relativamente bem de saúde embora tenha cataratas. Há idade limite para se operarem as cataratas?

Não. Podemos operar em qualquer idade dado utilizarmos anestesia local que consiste geralmente em gotas e não haver risco acrescido significativo de que aconteçam problemas. Costumo dizer aos meus pacientes idosos que têm receio; “há que tratar as cataratas enquanto andam por cá, para poderem usufruir da melhor visão possível nesta passagem” e acrescento que os riscos para a saúde em geral são praticamente inexistentes indo o paciente embora para casa logo após a cirurgia.

FORA DE HORAS

Um sonho por realizar

Abrir uma clínica de oftalmologia em África que pudesse ser auto-sustentável sendo que os seus proventos seriam investidos numa Casa de apoio a crianças abandonadas... não sei é quando o mesmo se realizará... talvez quando o Filipe puder me ajudar como oftalmologista.

Um vício saudável

Ir a Lisboa ver o Sporting. Apesar de vir muitas vezes um pouco triste com a quantidade de maus resultados, a vivência do jogo no estádio é uma sensação única.

Um desafio

Uma cirurgia complexa ou inovadora em que ninguém mais quer “pegar”.



Entrevista à Enfermeira Marta

Tem uma voz firme e um olhar muito atento. Na hora em que mais precisamos dela tem palavras prontas para explicar, sossegar e aconselhar.

Chama-se Marta Félix da Costa, tem 26 anos e é a enfermeira de serviço na Clínica Oftalmológica Dr. Miguel Sousa Neves. Gosta muito do que faz e sente-se “em casa” integrada numa equipa da qual adora fazer parte. Sempre a pensar nos outros, nos que precisam mais. Dá tudo por uma boa causa. Em troca, basta-lhe um sorriso.



Marta Félix da Costa

O que pensou quando foi convidada a trabalhar na clínica MSN?

Foi um desafio interessante. Habituada à dinâmica de uma enfermaria, adaptei o meu trabalho a um local com uma rotina bem diferente. Agora, ajudo nas consultas e no bloco operatório, onde tenho oportunidade de aprofundar os meus conhecimentos na área da oftalmologia e cirurgia. É muito positiva esta constante aprendizagem, permitindo-me tornar uma enfermeira cada vez melhor.

Qual a reacção dos pacientes ao encontrarem uma enfermeira na clínica?

Ficam admirados por eu cá estar diariamente o que constituiu uma mais-valia, principalmente para os diabéticos e hipertensos. Não é frequente haver este controlo numa consulta de oftalmologia, daí a sua admiração. Ficam satisfeitos por poderem falar um pouco, retirando dúvidas e ouvindo alguns conselhos. É muito reconfortante quando agradecem pelo conselho dado ou por, simplesmente, se verificar que tudo está dentro dos padrões normais ou não. Alguns pacientes já sabem que estou presente e solicitam desde logo a minha presença para avaliar a glicemia ou a tensão arterial. Os mais cuidadosos, vêem-me e, automaticamente, dizem-me os seus valores antes de eu os medir.

Os diabéticos e hipertensos que aparecem pela primeira vez na consulta estão bem controlados?

Quando nos consultam pela primeira vez, uma percentagem considerável não se encontra bem controlada. Na retinopatia diabética (diabetes nos olhos) é fundamental os valores da glicemia estarem controlados. Neste âmbito, em modo de rastreio, quando detectamos pacientes que ainda não fazem qualquer tipo de medicação ou que se encontram com os valores alterados, aconselhamos a realizar um registo regular e a consultar o seu médico de família, pois pode ser apenas uma alteração pontual ou um sinal da doença.

Qual a sua rotina clínica?

No âmbito da consulta estou ligada à prevenção primária, realizando a avaliação da tensão arterial a pessoas com mais de 60 anos e a vigilância dos diabéticos e hipertensos já diagnosticados. No âmbito do bloco operatório, desempenho principalmente funções de enfermeira circulante e por vezes instrumentista. Preparo cirurgias, esterilizo, controlo e faço a gestão deste material. Preparo, ainda, o paciente no pré-operatório e no pós-operatório. Para além disto, estou sempre disponível para ajudar os meus colegas de equipa no que seja necessário.

O que lhe dá mais satisfação no seu trabalho?

A aprendizagem contínua, o trabalho em equipa, acompanhada de excelentes profissionais e in-

tegrada num ambiente de cariz familiar. E, claro, os pequenos gestos, um obrigado, um sorriso, são muito gratificantes. A título exemplificativo recorde um paciente a quem detectamos uma grande alteração nos valores de glicemia, tendo-me confidenciado estar a realizar quimioterapia. Dei-lhe alguns conselhos essenciais, algo simples que poderia ajudar bastante e, só por isso, por cumprir o meu dever profissional, recebi um grande sorriso.

O que gosta fazer nos tempos livres?

Estar em Família. Tenho uma família grande e cada vez mais é complicado reuni-la. Passear com os sobrinhos. Cinema é uma das minhas perdições. Adoro estar num sítio sossegado com vista para o mar.

Qual o destino de viagem preferido?

Gostei de todos os destinos a que fui até hoje. Mas uma das minhas últimas viagens foi a Barcelona. Fiquei apaixonada pela cidade. Mas ainda tenho tantos sítios fantásticos para conhecer. Sabendo que cada local deixa-nos ficar sempre alguma recordação especial.

A Clínica Dr. Miguel Sousa Neves conta com diversas parcerias, de forma a lhe proporcionar preços de cirurgia/tratamentos mais acessíveis. Esta clínica trabalha em cooperação com o Hospital Valentim Ribeiro da Santa Casa da Misericórdia de Esposende, onde o Dr. Miguel Sousa Neves coordena o Departamento de Oftalmologia.

Para cirurgia há a possibilidade da participação nas seguintes entidades

ADSE	MULTICARE
SAMS	SNS - Serviço Nacional de Saúde
MÉDIS	CGD - Caixa Geral de Depósitos
	ADMs - Todas as forças militarizadas

É possível a comparticipação de outros seguros. Ex: Advance Care. Estes acordos permitem, assim, que as cirurgias tenham preços especiais mantendo os nossos elevados padrões de qualidade.

A Clínica tem horários para consulta todos os dias da semana incluindo os sábados de manhã.