



# SVlentes



*Liberdade  
sem limites!*

USE LENTES DE CONTATO



# DE OLHO NA LEI

RESOLUÇÃO CFM nº 1.965/11

Dispõe sobre a indicação, a adaptação e o acompanhamento do uso de lentes de contato, e considera-os como atos médicos exclusivos.

O CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA, no uso das atribuições conferidas pela Lei nº 3.268, de 30 de setembro de 1957, regulamentada pelo Decreto nº 44.045, de 19 de julho de 1958, e pela Lei nº 11.000, de 15 de dezembro de 2004, e

CONSIDERANDO que as lentes de contato são órteses oculares de sobreposição com diversas indicações na oftalmologia;

CONSIDERANDO que essas lentes estão em íntimo contato com a córnea e outras estruturas oculares;

CONSIDERANDO que as lentes de contato são passíveis de contaminação por agentes agressivos ao olho, como depósitos de lipídios e de proteínas acumulados durante o uso, colônias de microrganismos oriundos do meio ambiente e as próprias substâncias empregadas em sua limpeza; e que o contato do olho com esses agentes pode levar a reações alérgicas, tóxicas e infeciosas com consequências potencialmente graves;

CONSIDERANDO as características individuais, anatômicas e funcionais de cada globo ocular;

CONSIDERANDO que as lentes de contato inevitavelmente impõem à córnea algum grau de hipoxia, o que torna o olho mais suscetível a infecções e inflamações agudas e crônicas que podem alterar sua fisiologia;

CONSIDERANDO que a possibilidade do uso seguro de lentes de contato subordina-se a pré-requisitos específicos, tanto de ordem médica quanto socioculturais, cuja satisfação precisa ser assegurada pelo exame médico;

CONSIDERANDO que há riscos associados ao uso de lentes de contato que impõem compromisso mútuo de acompanhamento periódico, regular e atento por parte do médico e do paciente;

CONSIDERANDO, finalmente, o decidido na reunião plenária de 10/2/2011,

## RESOLVE:

Art. 1º A indicação e a adaptação de lentes de contatos são procedimentos médicos exclusivos e integrais efetuados com a seguinte seqüência:

- Consulta médica;
- Exames complementares;
- Avaliação clínica da escolha das lentes;
- Processos de adaptação;
- Controle médico periódico.

Art 2º Ao médico cabe determinar as características das lentes (material, modelo, desenho e demais parâmetros técnicos) a serem utilizadas em cada caso.

Art. 3º Com vistas à segurança do procedimento, a indicação e processo de adaptação devem ser feitas pelo mesmo médico, sendo atos

intransferíveis e não compartilhados.

Art. 4º É direito do médico perceber honorários pelo procedimento de adaptação das lentes de contato, de acordo com a legislação vigente.

Art. 5º A presente resolução entra em vigor na data de sua publicação.

Brasília-DF, 10 de fevereiro de 2011

## EXPOSIÇÃO DE MOTIVOS

O exercício da medicina tem sido cada vez mais complexo no seio da sociedade. A evolução da ciência, das técnicas e da tecnologia torna necessário o uso de materiais que são meios de viabilização do trabalho médico, como as lentes de contato.

O relato de inúmeras e graves complicações advindas do uso inadequado das lentes de contato e do seu comércio sem a devida avaliação oftalmológica tem sido uma constante neste Conselho Federal de Medicina.

É fundamental que se entenda o que é a adaptação. Este ato médico envolve o exame oftalmológico, exames complementares quando houver indicação médica; engloba, ainda, os testes que podem ser desde um até vários, que podem durar de uma hora até vários dias, na busca pela lente de contato que melhor se adapte a um determinado olho.

Encontrada a lente que oferece conforto, boa acuidade visual e baixo risco de danos à córnea, o paciente recebe treinamento quanto ao manuseio e aos cuidados de limpeza e desinfecção e é orientado quanto à forma de uso, determinada pelas condições do seu olho e tipo de lente. Aprende também a reconhecer os primeiros sinais de complicações. Uma vez liberado para uso, o médico determina, baseando-se nas condições de cada caso e tipo de lente, quando o paciente deverá voltar para controle, podendo ocorrer a necessidade de substituição da lente de contato após dias ou semanas de uso, por alterações ou modificações oculares ou da lente de contato adaptada, determinadas por seu uso.

Há que sempre se preservar a salvaguarda da independência e autonomia do médico para estabelecer o número de consultas necessárias no período de acompanhamento, e a indicação, contraindicação, interrupção e reiniciação de caráter temporário ou permanente ao uso das lentes de contato, em qualquer momento de avaliação médica.

O médico é também responsável pelo consentimento livre e esclarecido ao paciente usuário de lente de contato, que deve esclarecer no mínimo a segurança, os riscos de complicações, as necessidades dos cuidados de limpeza e desinfecção, de controle médico e tempo de uso das lentes de contato adaptadas.

A resolução, como proposta, tem o objetivo maior de preservar a saúde ocular da população, pois inibe a expansão ou a invasão do setor do comércio na esfera médica e vice-versa e, desta forma, cria princípios e diretrizes para o procedimento médico de adaptação de lentes de contato.

José Fernando Maia Vinagre

Coordenador da Câmara Técnica de Oftalmologia do CFM

# PARABÉNS!

Você acabou de passar pelos testes necessários antes de iniciar o uso de suas lentes definitivas. Os testes são importantes para que você tenha sucesso no uso de suas lentes. Por isso o seu oftalmologista estudou seus olhos e suas necessidades, para saber qual seria a lente de contato mais indicada para você.

A adaptação de lentes de contato é um procedimento médico, pois envolve o contato direto das lentes sobre a córnea e pode interferir diretamente no seu metabolismo, o que na prática pode resultar em complicações oculares.

Portanto, o seu oftalmologista é o profissional mais preparado para fazer a adaptação das suas lentes com critério e segurança. Antes de escolher as lentes que você irá começar a usar a partir de agora, você foi examinado para saber se você é portador de alguma alteração ocular que impeça ou interfira no uso das lentes.

A adaptação as lentes de contato é um processo contínuo no qual você pode se sentir bem adaptada hoje, porém não significa que no futuro, estará livre de complicações oculares. Por isso, é necessário passar por uma revisão periodicamente. Pergunte ao seu oftalmologista quando que você deverá retornar para ser examinado com suas lentes.

# CUIDADO PARA NÃO COMETER ERROS MAIS COMUNS

As lentes de contato estão evoluindo rapidamente, tornando seu uso mais confortável, cada vez mais seguro e com sistemas de manutenção mais práticos. No entanto, a segurança no uso de lentes de contato depende muito do acompanhamento médico, bem como do seu manuseio, manutenção e uso adequado por parte do usuário.

Com o mau uso das lentes, a chance de vir a desenvolver algum tipo de complicaçāo será muito maior. Podemos listar alguns dos erros mais comuns no uso de lentes de contato:

**01** Adaptação realizada fora dos consultórios médicos: é um procedimento que coloca em risco a saúde dos usuários;

**02** Uso de soro fisiológico na manutenção das lentes. O soro não limpa nem retira os depósitos de proteínas das lentes, deixando-as mais sujas, contaminadas e menos confortáveis – podendo, inclusive, causar reações tóxicas devido à presença de preservativos químicos em sua composição;

**03** Uso das lentes de contato além do período recomendado pelo médico;

**04** O não descarte das lentes de contato dentro do período recomendado pelo fabricante;

**05** Desconsiderar sintomas de dor, irritação ou outros sintomas oculares durante o uso de lentes de contato, deixando de procurar o oftalmologista nesses momentos;

**06** Descontinuar o uso de lentes de contato em função de dificuldades encontradas e não buscar ajuda médica para tentar superá-las;

**07** Não realizar assepsia adequada das mãos, do estojo e das lentes;

**08** Deixar de perguntar e esclarecer suas dúvidas com seu médico oftalmologista. Ter dicas e orientações de pessoas não habilitadas é um grande perigo.

# DÚVIDAS MAIS FREQUENTES

É comum o aparecimento de dúvidas quanto ao uso de lentes de contato. Vamos tentar elucidar algumas das mais frequentes:

## 01 LENTES DE CONTATO COLORIDAS PARA FINS ESTÉTICOS SÃO SEGURAS PARA O USO?

As contra-indicações dessas lentes são as mesmas das lentes não coloridas, bem como, os cuidados de manutenção e as possíveis complicações. Um dos grandes problemas dessas lentes, como das lentes descartáveis de uma forma geral é justamente a imagem que é passada ao público: a de que tais lentes são mais simples ou melhores do que as outras, como se fossem imunes a problemas ou complicações, o que não é verdade.

## 02 O USO DAS LENTES DE CONTATO PARA DORMIR AUMENTA O RISCO DE ÚLCERA DE CÓRNEA?

É preciso esclarecer que nem todas as lentes chamadas de uso prolongado são adequadas para uso durante o sono. Além disso, algumas pessoas, em função das condições do olho, não podem dormir com lentes ou fazer uso delas por um tempo muito prolongado, mesmo que sejam apropriadas para esse tipo de uso.

## 03 É ADEQUADO O USO DE LENTES DE CONTATO NO MAR, PRAIA, PISCINA OU NATAÇÃO?

Não há problemas em se utilizar lentes de contato para entrar no mar ou na piscina, desde que o usuário dessas lentes não abra os olhos embaixo da água. Aconselhamos a utilização de óculos para mergulho.

## 04

**PARA FAZER USO DE MAQUIAGEM, COMO DEVO USAR AS LENTES DE CONTATO?**

Caso queira usar maquiagem, primeiro coloque as lentes e depois faça a maquiagem. Para remover a maquiagem, procure antes retirar as lentes. Dessa forma, será possível uma maior preservação da lente de contato com produtos de maquiagem, que poderiam contaminá-la ou danificá-la.

## 05

**O USO DE ÓCULOS ESCUROS É IMPORTANTE PARA A SAÚDE OCULAR?**

O uso de óculos escuros não é obrigatório, mas pode trazer mais conforto em ambientes muito claros, além de auxiliar na proteção contra os raios UV. É preciso lembrar que os óculos devem ter lentes de boa qualidade com filtros UV. Não há problema em usar lentes de contato corretivas e óculos escuros sem grau.

## 06

**EXISTE ALGUMA CONTRA-INDICAÇÃO EM RELAÇÃO AO USO DE LENTES DE CONTATO EM SAUNAS?**

Devido ao alto risco de contaminação, deve-se evitar o uso de lentes em saunas.

## 07

É POSSÍVEL USAR LENTES DE CONTATO COM CONFORTO E SEGURANÇA DURANTE VIAGENS AÉREAS?

O uso de lentes em aviões deve ser evitado em função do ressecamento causado pelo ar condicionado e baixa umidade relativa do ar. Caso seu uso seja considerado indispensável pelo usuário, recomenda-se a utilização de um lubrificante apropriado.

## 08

EXISTE ALGUMA CONTRA-INDICAÇÃO PARA O USO DE LENTES DE CONTATO DURANTE A PRÁTICA DE ESPORTES?

A prática de esportes não contra-indica o uso de lentes de contato. Contudo, as lentes duras podem sair dos olhos em esportes de contato físico, ou mesmo, quebrarem em caso de trauma direto (tênis, squash, golf).

## 09

POSSO LAVAR MEU ESTOJO COM ÁGUA FILTRADA E FERVIDA?  
TENHO QUE LAVÁ-LO? QUANDO DEVO DESCARTÁ-LO?

O estojo que abriga as lentes de contato deve ser limpo semanalmente com água corrente e escova apropriada e exclusiva para este fim. É aconselhável fazer a troca do estojo a cada 3 meses.



# INSTRUÇÕES PARA USO E CONSERVAÇÃO DE LENTES DE CONTATO

A manutenção das lentes de contato tornou-se, atualmente, um procedimento simples e prático, mas que deve ser feito de forma correta e rotineira.

Toda lente deve passar por um processo de manutenção que inclua o uso de produtos adequados, limpeza diária, desinfecção e retirada de depósitos de proteínas.

A manutenção corretas das lentes é essencial para a prevenção de complicações infecciosas, tóxicas e alérgicas, sendo imprescindível para que seu uso seja confortável.



## AS MÃOS

É importante lembrar que ao manusear as lentes de contato, as mãos do usuário devem receber atenção nos seguintes pontos:

- Antes de manusear suas lentes, lave bem as mãos com água e sabão;
- Resíduos de sabão, cosméticos, nicotina, oleosidade, etc, podem danificar e contaminar as lentes;
- Se possível, use toalha de papel, enxugando suavemente as mãos, sem esmagar o papel, evitando a retenção de partículas nas mãos;
- Mantenha as unhas curtas e limpas.

# A PIA

Esteja atento aos seguintes pontos:

- Mantenha sempre o ralo na pia ao manipular as lentes;
- Evite deixar a torneira aberta durante o manuseio da lente.

# O ESTOJO

Esteja atento aos seguintes pontos:

- Limpe semanalmente o estojo de conservação com água corrente e escova apropriada e exclusiva para este fim. Deixe uma escova exclusivamente reservada para higienizar o estojo e utilize-a durante essa higienização;
- Faça um último enxágue interno com o produto multi-ação para conservação das lentes;
- Troque seu estojo de lentes no mínimo a cada 3 meses;
- Evite encher demasiadamente o estojo com o produto de manutenção, para que não corra o risco de prender a borda da lente na tampa do estojo.

# OS PRODUTOS DE MANUTENÇÃO

Esteja atento aos seguintes pontos:

- Utilize somente produtos indicados pelo seu oftalmologista para o seu tipo de lente de contato;
- O produto multiuso para limpeza e desinfecção das lentes deve ser trocado todos os dias;
- As lentes devem ser limpas todos os dias após o uso. Aplique 2 gotas da solução limpadora indicada sobre a lente, fricione suavemente contra a palma da mão por alguns segundos e então enxágue com o próprio produto e coloque as lentes no estojo, imersas na solução multiuso;
- Ao retirar as lentes do estojo para serem usadas, enxágue-as com a solução multiuso;
- Não utilize água de torneira para a limpeza das lentes;
- Não utilize soro fisiológico para a limpeza e conservação de suas lentes de contato.

## DICAS GERAIS

Procure, ainda, estar atento aos seguintes pontos:

- Toda lente de contato movimenta-se no olho a cada piscar, podendo (em alguns casos) deslocar-se. Caso isso se repita muito ou se a lente sair do olho com frequência, avise seu médico;
- Receita de óculos não é receita de lente de contato. As características para o uso de lentes de contato são obtidas após a realização de um exame específico;
- Todo usuário de lentes de contato deve ter um óculos, para ser utilizado em situações inesperadas (perda da lente, conjutivites, irritações) e também para uso em casa quando não estiver com as lentes.

# LUBRIFICAÇÃO

Esteja atento aos seguintes pontos:

- Existem colírios apropriados para serem utilizados com lentes de contato. Pergunte ao seu oftalmologista qual é o mais indicado para o seu caso.

# A DESPROTEINIZAÇÃO

Desproteinização é o nome dado à remoção dos depósitos de proteínas que se acumulam na superfície das lentes.

- Caso o produto seja sob forma líquida, coloque 1 gota do produto em cada lado do estojo com solução multiuso todas as noites, após a limpeza;
- Se o produto que você adquiriu for em formato de comprimido, coloque 1 comprimido em cada um dos frascos que o acompanham, que deverá ser preenchido com solução multiuso até a marca indicada. Deixe as lentes imersas por 1 noite a cada 7 dias;
- As lentes que forem descartadas num prazo de até 15 dias de uso podem dispensar a desproteinização. Em outras situações, sempre a critério médico;
- Baseado no exame ocular, o oftalmologista pode optar por diminuir o período de descarte de uma lente, bem como alterar seu esquema de manutenção.



sabia como colocar e retirar suas  
**LENTES DE CONTATO**

acesse o site

[www.soblec.com.br](http://www.soblec.com.br)

## PERÍODO DE ADAPTAÇÃO

A adaptação de lentes de contato é um processo contínuo e dinâmico, que exige supervisão médica e estende-se durante todo o período em que se é usuário dessas lentes.

Existem vários processos diferentes para facilitar a adaptação das lentes de contato. Cada médico pode estabelecer uma rotina diferente, de acordo com as características da lente e das condições do olho do usuário.

Uma delas é iniciar o uso com 02 horas de manhã e 02 horas à tarde, fazendo intervalo de duas horas. Aumentar 01 hora de uso por período, desde que tenha tido conforto no dia anterior e tentar ir diminuindo o intervalo. Enquanto persistir a intolerância, não aumente o número de horas.

No caso de dor, vermelhidão, alteração de acuidade visual ou qualquer outro sintoma ocular não esperado durante o processo de adaptação, procure orientação e acompanhamento de seu oftalmologista.

## SINAIS DE ALERTA

É muito importante que você conheça alguns sinais de alerta, diante dos quais você deverá suspender o uso e entrar em contato com seu oftalmologista.

São eles:

- 1 – Dor persistente, que não melhora com a retirada das lentes;**
- 2 – Dor que melhora com a retirada das lentes;**
- 3 – Vermelhidão**
- 4 – Embaçamento ou turvação da visão;**
- 5 – Secreção ocular (ramela);**
- 6 – Visão de halos em volta das luzes.**

## **TERMO DE RECEBIMENTO E CIÊNCIA DO MANUAL LIBERDADE SEM LIMITES – USE LENTES DE CONTATO**

### **GUIA PRÁTICO DO USUÁRIO DE LENTES DE CONTATO**

#### **COMPROMISSO PARA UM USO SAUDÁVEL DAS LENTES DE CONTATO**

Este manual, é um documento que, contém informações fundamentais para o uso correto das lentes de contato. Ele deve ser lido na íntegra, para que você possa conhecer e entender a dinâmica do uso de lentes de contato.

Depois de lido, este manual deve ser cuidadosamente guardado, para consultas posteriores, portanto, procure mantê-lo em local de fácil acesso.

O termo de recebimento e ciência deve ser assinado pelo usuário das lentes de contato, uma vez que configura a evidência de que foram oferecidas a este usuário, as seguintes informações contantes no manual:

- De olho na Lei
- Introdução sobre adaptação de lentes de contato e acompanhamento médico - Parabéns
- Cuidados para não cometer erros mais comuns
- Resposta às dúvidas mais freqüentes
- Instruções para o uso e conservação das lentes de contato
  - As mãos
  - A pia
  - O estojo
  - Os produtos de manutenção
  - Dicas Gerais
  - Lubrificação
  - A desproteinização
  - O Período de adaptação
- Sinais de alerta no uso de lentes de contato
- Mensagem final – Seja bem vindo!

Declaro, estar recebendo o manual acima citado, e que sou conhecedor da importância da leitura cuidadosa e na íntegra deste guia.

Também declaro, estar ciente da importância do acompanhamento médico regular das condições de meus olhos, conforme orientação de meu oftalmologista, para que eu possa usar as lentes de contato dentro de elevados parâmetros de segurança e preocupação com a minha saúde ocular.

---

Nome do usuário de lentes de contato

CPF

Data: \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_