



Lions Eye Health Program

Visão Subnormal

Exergue bem durante
toda a sua vida





A perda da visão acontece em decorrência do envelhecimento?

- A visão de todos nós pode mudar com a idade.
- A perda da visão e a cegueira não são uma consequência normal do envelhecimento.





Quais alterações da visão são normais?

- Torna-se mais difícil focar objetos de perto.
- Observa-se declínio da sensibilidade.
- Necessita-se mais luz para ver bem.
- Necessita-se de mais tempo para se ajustar a mudanças no nível de iluminação.



O que é a visão subnormal?

- A visão que não é corrigida com óculos, lentes de contato, remédios ou cirurgia.
- A visão subnormal pode dificultar o desempenho de atividades do cotidiano.





O que causa a visão subnormal?

- Algumas vezes a visão subnormal ocorre devido a lesões nos olhos ou doenças de nascença.
- A maioria das pessoas desenvolve a visão subnormal devido a:
 - Degeneração macular relacionada à idade
 - Catarata
 - Doença diabética dos olhos
 - Glaucoma



Sinais da visão subnormal

- Mesmo com os seus óculos regulares ou lentes de contato, você tem dificuldade em:
 - Reconhecer rostos conhecidos.
 - Ler.
 - Cozinhar.
 - Selecionar e combinar as cores das suas roupas.
 - Ler a sinalização de rua.



Como se sabe o momento de se fazer um exame das vistas?

- Quando você percebe que houve mudanças na visão.
- Faça dele parte da sua rotina de cuidados da saúde:
 - As pessoas acima de 50 anos de idade devem fazer um exame completo com dilatação da pupila.





Como você sabe se tem visão subnormal?

- Somente o profissional oftalmologista pode lhe dizer se você tem visão subnormal.





O que é uma avaliação da visão subnormal?

- A avaliação da visão determina a extensão da perda da visão e o potencial de reabilitação da visão.



O que é uma avaliação da visão subnormal?

(continuação)

- O especialista em visão subnormal avaliará o seguinte:
 - O seu histórico de saúde geral e da saúde dos olhos.
 - Funções da rotina diária relacionadas a sua visão.
 - A sua acuidade visual e outras funções dos olhos.



O que você pode fazer se tiver visão subnormal?

- Assuma o controle.
- Visite o seu oftalmologista ou o especialista em visão subnormal.
- Informe-se sobre a reabilitação da visão.
- Informe-se sobre os recursos e serviços para a visão subnormal.



Reabilitação da visão

- Oferece informações sobre os recursos e serviços.
- Ajuda as pessoas a se adaptarem a perda da visão e a manterem a sua independência.





Onde você pode buscar atendimento?

- Consultórios de oftalmologia e optometria especializados em visão subnormal.
- Clínicas de hospitais.
- Organizações de reabilitação da visão estaduais, comerciais e sem fins lucrativos.
- Centros de atendimento independentes.



Como você pode encontrar um especialista?

- Fale com o seu oftalmologista sobre os recursos locais.
- Visite www.nei.nih.gov/lowvision



Recursos para a visão subnormal

- Muitas pessoas necessitam de mais do que um recurso visual. Alguns exemplos estão relacionados abaixo:
 - Óculos.
 - Lentes telescópicas.
 - Programas especiais para computador.
 - Outros recursos.



Recursos para a visão subnormal (*cont.*)

- Óculos com lentes muito fortes.





Recursos para a visão subnormal (*cont.*)

- Lentes telescópicas





Recursos para a visão subnormal (*cont.*)

- Programas especiais para computador



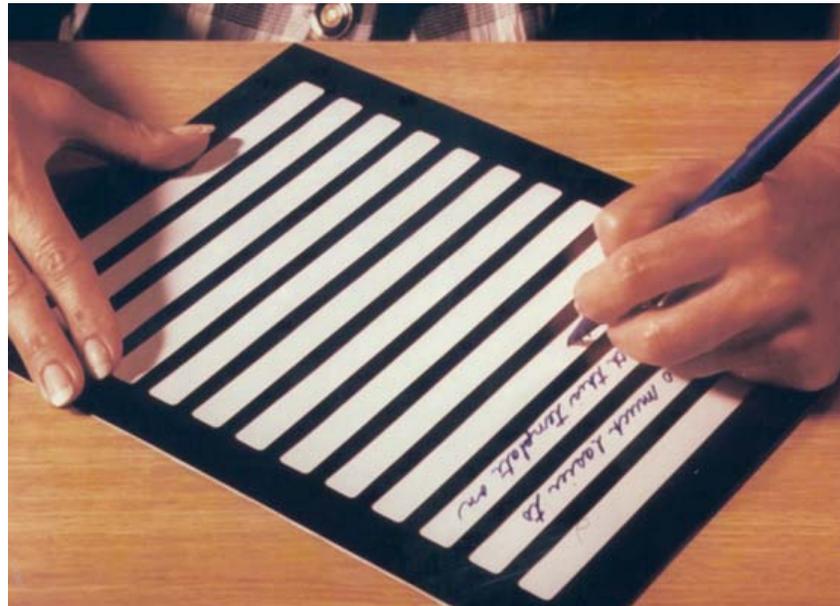


Recursos para a visão subnormal (*cont.*)

- Outros recursos



LIONS CLUBS INTERNATIONAL

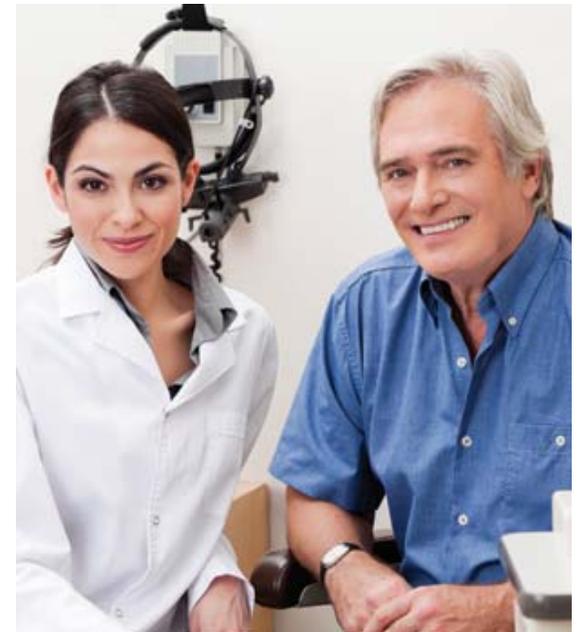


National Eye Institute, National Institutes of Health



Seja responsável pela sua saúde

- Investigue e se informe tanto quanto você puder.
- Pergunte sobre a reabilitação da visão e peça indicações sobre cuidados ou recursos para mais informações.





Seja responsável pela sua saúde *(cont.)*

- Informe-se sobre os programas, recursos e tecnologias.
- Receba o apoio da família e amigos.
- Estabeleça um bom relacionamento com o seu oftalmologista e especialista em visão subnormal.



Perguntas para fazer ao seu oftalmologista

- Quais as alterações que devo esperar na minha visão?
- A perda da minha visão irá piorar?
- Quanto vou perder da minha visão?
- Óculos convencionais irão melhorar a minha visão?
- O que posso fazer para proteger a minha visão?



Perguntas para fazer ao seu oftalmologista *(cont.)*

- Mudanças na dieta, exercícios ou estilo de vida ajudam?
- Se a minha visão não pode ser corrigida, você pode me indicar para um especialista em visão subnormal?
- Onde posso fazer uma avaliação da visão subnormal?
- Onde posso fazer uma reabilitação da visão subnormal?



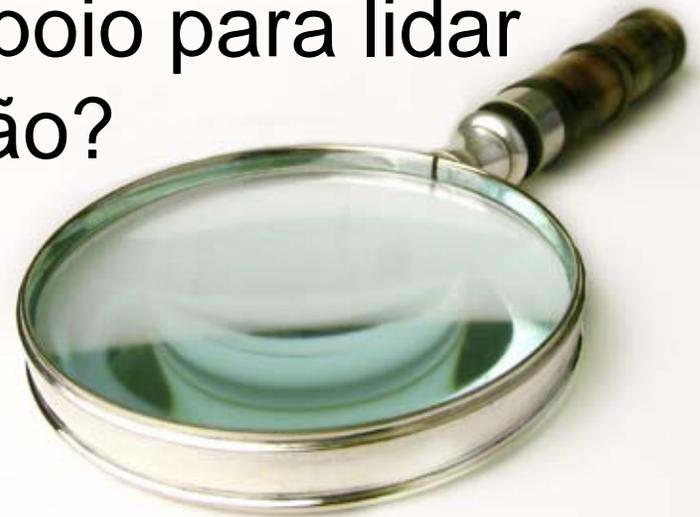
Perguntas para fazer ao especialista em visão subnormal

- Como posso prosseguir com minhas atividades diárias?
- Há recursos que possam me ajudar com o meu trabalho?
- Há algum recurso especial que possa me ajudar com as atividades diárias da casa?



Perguntas para fazer ao especialista em visão subnormal *(cont.)*

- Quais os treinos e serviços estão disponíveis para me ajudar a viver melhor e com mais segurança?
- Onde posso encontrar apoio para lidar com minha perda da visão?





Revisão

- A visão subnormal é uma visão que não pode ser corrigida.
- As pessoas com visão subnormal podem fazer bom uso da visão que lhes restou.
- Vale a pena ser proativo. Informe-se sobre os serviços de reabilitação da visão.
- Dúvidas?



Onde obter mais informações

National Eye Institute (NEI)

- Visite o website da Visão Subnormal:
[Visite www.nei.nih.gov/lowvision](http://www.nei.nih.gov/lowvision)
- Ou telefone para o NEI através do fone nos EUA (1) 301-496-5248

Lions Clubs International

- Visite o website de Lions Clubs International:
www.lionsclubs.org
- Ou envie um e-mail para: programs@lionsclubs.org