

Glaucoma e qualidade de vida

Dra. Luciana Saker

O glaucoma, principal causa de cegueira irreversível no mundo, impacta significativamente a vida dos pacientes. O diagnóstico gera angústia e medo, não só pela possibilidade de cegueira, mas também pelas limitações que a doença impõe. A autoestima dos pacientes com glaucoma frequentemente é abalada. Com o aumento da expectativa de vida e a melhoria dos exames diagnósticos, a prevalência do glaucoma tende a crescer nas próximas décadas, tornando a informação sobre a doença cada vez mais relevante.

A qualidade de vida abrange a saúde física e psicológica, a autonomia e a capacidade de realizar atividades do dia a dia. O glaucoma, por ser progressivo e incapacitante, afeta a qualidade de vida em diferentes graus. Em estágios iniciais, o impacto pode ser mínimo, mas em fases avançadas, o comprometimento visual pode ser severo, limitando atividades como ler, dirigir e reconhecer pessoas. Essa perda de autonomia gera ansiedade, depressão e baixa autoestima. Nesses casos, a abordagem multidisciplinar é fundamental, com acompanhamento psicológico para auxiliar o paciente a lidar com as mudanças e aceitar a nova realidade.

Podemos acrescentar também os pilares para o sucesso no tratamento do glaucoma, que são: uma boa relação médico-paciente, uma boa rede de apoio, adesão ao tratamento proposto e o diagnóstico precoce. Sabemos que quando o glaucoma é diagnosticado antes do comprometimento da função visual o tratamento costuma ter melhores resultados e menor risco de comprometimento visual que quando a doença já é diagnosticada em estágios avançados, uma vez que as lesões glaucomatosas são irreversíveis.

O tratamento do glaucoma também pode interferir no cotidiano e qualidade de vida do paciente, quando se torna necessário incorporar o uso de colírios na sua rotina. Em alguns casos, pode ser necessário o uso de duas ou mais medicações, o que modifica os hábitos e também pode trazer efeitos colaterais que podem incomodar o dia-a-dia do paciente.

Com a Internet e as redes sociais cada vez mais presentes, o fluxo de informação se tornou mais intenso, o que de uma forma facilita o paciente na busca por informação, mas por outro lado também facilita o acesso a informações genéricas e mal desenvolvidas, o que pode aumentar a angústia de quem recebeu um diagnóstico que pode comprometer seu estilo de vida. Por ser o glaucoma uma doença que possui diferentes estágios e diferentes velocidades de progressão, a abordagem deve ser individualizada, e informações genéricas podem piorar o medo da cegueira e a ansiedade do paciente.

Desta forma, a atuação do oftalmologista se torna fundamental, para que este possa orientar o paciente sobre a realidade de sua condição, desfazer mitos e informações distorcidas que não se aplicam a seu caso e esclarecer dúvidas sobre as informações obtidas. Informação é sempre um fator positivo, mas o médico pode ajudar o paciente a usar a tecnologia a seu favor, e não contra ele.

O oftalmologista que trata um paciente com glaucoma deve ter paciência e disponibilidade para conduzir a melhor forma de tratamento da sua condição, buscando preservar a visão, a autonomia e a qualidade de vida, e também auxiliar o paciente quando isto não for possível, ensinando-o a conviver com suas limitações, como por exemplo oferecendo auxílios de visão subnormal (lupas, lentes de aumento, etc.) e em casos ainda mais avançados a reabilitação visual.

Atualmente temos à nossa disposição, diversos tratamentos, sejam eles através de diferentes formulações de colírios, tratamentos a laser, diferentes técnicas de cirurgias minimamente invasivas, bem como as cirurgias convencionais, que continuam sendo bastante utilizadas para o controle do glaucoma. O tratamento deve ser individualizado, sempre levando em consideração o estágio da doença, o risco de progressão e a rotina do paciente, e o acompanhamento com um oftalmologista de confiança é fundamental para que o paciente possa sempre contar com as melhores opções para o seu caso.

Em casos em que já exista um grau importante e significativo de perda visual, é importante que familiares, amigos e cuidadores também estejam aptos a auxiliar o paciente, por exemplo evitando mudança de residência, mudança na configuração e posição dos móveis, facilitar o acesso aos objetos de uso pessoal, para que o paciente consiga preservar sua autonomia, mesmo apesar das limitações existentes.

A luta contra o glaucoma não é fácil, mas é um trabalho de equipe. O paciente precisa de aliados. Oftalmologista, psicólogo, terapeuta, familiares e amigos devem acompanhar o paciente na luta contra a cegueira pelo glaucoma. O glaucoma é uma doença traiçoeira e silenciosa, o paciente precisa conviver com este diagnóstico para o resto de sua vida, e contar com o apoio de uma boa equipe ajuda muito a vencer essa batalha diária.