



(<https://www.agenciasp.sp.gov.br/>)



Agência de Notícias do Governo do Estado de São Paulo

Incêndios e seca: especialista da USP alerta para cuidados com os olhos

Eduardo Rocha aconselha o uso de medidas preventivas como hidratação e umedecimento dos olhos, que são muito sensíveis à agressão externa como a poluição do ar



Saúde (<https://www.agenciasp.sp.gov.br/editoria/saude/>)



Inalar fumaça e fuligem das queimadas pode irritar os olhos, o que pode evoluir para uma conjuntivite bacteriana / Foto: Centro de Saúde Escola Dr. Joel Domingos Machado (USP)



Redação

Publicado em 11/09/2024 - 11:15

Com a ocorrência de incêndios, a baixa qualidade do ar e o aumento da poluição no estado de São Paulo, a população deve ficar atenta à saúde dos olhos. De acordo com Eduardo Rocha, graduado em medicina, com residência em oftalmologia, pós-doutorado na Harvard Medical School e

doutorado em Clínica Médica pela Unicamp, os olhos são capazes de sentir a temperatura, a umidade e a secura do ambiente, assim como a presença de substâncias irritantes suspensas no ar. Assim, eles alertam esse desconforto por meio de dor, inflamação, vermelhidão, lacrimejamento ou embaçamento visual.

“As sensações desagradáveis causadas pelas queimadas na zona rural, mesmo estando na cidade, são percebidas tanto pela pele como pela garganta, nosso trato digestório e respiratório, mas os olhos possuem essa grande sensibilidade a esses agentes poluentes, que são uma ameaça geral para a saúde. A gente está enxergando o ar desfavorável e essa percepção é muito rápida. A resposta de fechar os olhos, lacrimejar, inchar, como uma tentativa de afastar o agente irritante, são quase que imediatos”, diz Eduardo Rocha. “O problema é que, nas últimas semanas, a gente está vivendo esse desconforto intenso e prolongado diante de tantas queimadas.”



Para aliviar esse desconforto visual, o especialista recomenda medidas como hidratação e umedecimento dos olhos. Segundo ele, isso pode ser feito com soro fisiológico e colírios lubrificantes. Além disso, ele indica o uso de óculos para ter uma barreira contra vento excessivo, fumaça e partículas que possam cair nos olhos, compressas de gelo por alguns minutos sobre os olhos fechados e um repouso adequado no final do dia para descansar e recuperar os olhos irritados.

LEIA TAMBÉM: [Queimadas e tempo seco: especialista alerta para cuidados com a saúde](https://www.agenciasp.sp.gov.br/queimadas-e-tempo-seco-especialista-alerta-para-cuidados-com-a-saude/) (<https://www.agenciasp.sp.gov.br/queimadas-e-tempo-seco-especialista-alerta-para-cuidados-com-a-saude/>)

Outros riscos à saúde

Inalar fumaça e fuligem das queimadas pode agravar [crises de asma, aumentar o risco de inflamação nos pulmões e irritar as mucosas](https://www.agenciasp.sp.gov.br/queimadas-e-tempo-seco-especialista-alerta-para-cuidados-com-a-saude/) (<https://www.agenciasp.sp.gov.br/queimadas-e-tempo-seco-especialista-alerta-para-cuidados-com-a-saude/>), a pele e os olhos, o que pode evoluir para uma conjuntivite bacteriana. No nariz, os poluentes causam inflamação, acarretando em quadros de rinite e sinusite, ressalta Thiago Nogueira, professor Doutor do Departamento de Saúde Ambiental da Faculdade de Saúde Pública da USP.

Ele explica que, além dos efeitos de curto prazo, a exposição prolongada à poluição do ar pode causar problemas mais graves a médio e longo prazo, como câncer de pulmão, doenças cardíacas e até cerebrais. Quando expostos à fumaça das queimadas, os pulmões entram em contato com poluentes na forma de partículas finas, que podem penetrar no sistema respiratório.

As substâncias também irritam os tecidos pulmonares, causando inflamação e reduzindo a capacidade dos pulmões de transportar oxigênio para o sangue, o que pode levar a problemas respiratórios crônicos como bronquite e asma, além de aumentar o risco de danos permanentes ao tecido pulmonar. De acordo com o professor, isso contribui para o desenvolvimento de doenças como enfisema pulmonar.



LEIA TAMBÉM: [Governo de SP divulga novas diretrizes para enfrentamento da piora da qualidade do ar](https://www.agenciasp.sp.gov.br/governo-de-sao-paulo-divulga-novas-diretrizes-para-enfrentamento-da-piora-da-qualidade-do-ar/) (https://www.agenciasp.sp.gov.br/governo-de-sao-paulo-divulga-novas-diretrizes-para-enfrentamento-da-piora-da-qualidade-do-ar/).



Quem são os mais afetados

Crianças e idosos são mais vulneráveis a sofrer impactos na saúde em incêndios, com o sistema respiratório, cardiovascular, olhos e a pele menos protegidos.

De acordo com Nogueira, as crianças são mais sensíveis devido ao seu sistema imunológico ainda estar em desenvolvimento. “Além disso, as crianças têm uma taxa de respiração maior do que a taxa de respiração dos adultos e, por isso, inalam uma quantidade maior de ar poluído.”

Ainda segundo o especialista, os idosos são mais impactados pelo fato de, muitas vezes, possuírem doenças pré-existentes, sejam elas respiratórias ou cardíacas, o que fragiliza o sistema imunológico, que é o mecanismo de defesa do organismo.

Além disso, pessoas com asma, doenças pulmonares crônicas, sinusite, rinite alérgica e doenças cardiovasculares também devem ficar atentas.

“Pessoas com problemas cardíacos, respiratórios ou imunológicos devem tomar mais cuidado, pois são as que mais sofrem nesse período. Elas

devem evitar atividades físicas em horários de elevados níveis de poluição do ar”, afirma o professor, ressaltando a importância de se manter os medicamentos prescritos sempre disponíveis em casos de crises agudas.

Recomendações de saúde

A principal recomendação é que pessoas com doenças cardíacas ou pulmonares, além de idosos e crianças, evitem esforço físico pesado ao ar livre. Também é recomendado beber bastante água para manter a hidratação do organismo e das vias aéreas, lavar nariz e olhos e evitar locais com concentração de fumaça.

Para quem estiver dentro de casa, a orientação é que permaneça em local ventilado. Equipamentos como purificadores de ar ajudam a manter a umidade.

“Outra recomendação é que as portas e janelas permaneçam fechadas durante os horários com elevadas concentrações de poluição, para reduzir a entrada dessas partículas de fora para dentro das residências”, explica Nogueira.

O especialista em saúde pública recomenda o uso de máscaras cirúrgicas, preferencialmente do tipo PFF2 ou N95, em regiões com grande incidência de queimadas. “Ou mesmo lenços de pano para reduzir a exposição às partículas mais grossas, especialmente para quem mora próximo a locais de incêndio, de forma a diminuir o desconforto das vias aéreas superiores”, afirma.



Notícias



(<https://www.agenciasp.sp.gov.br/transporte-gratuito-para-feiras-e-eventos-em-sp-e-decisiva-na-escolha-de-hoteis-diz-pesquisa/>)

Turismo (<https://www.agenciasp.sp.gov.br/editoria/turismo/>)

ter, 17/09/2024 - 8:35

Transporte gratuito para feiras e eventos em SP é decisiva na escolha de hotéis, diz pesquisa (<https://www.agenciasp.sp.gov.br/transporte-gratuito-para-feiras-e-eventos-em-sp-e-decisiva-na-escolha-de-hoteis-diz-pesquisa/>)



É a segunda experiência de transporte gratuito liderada por empreendedores hoteleiros com avaliação altamente positiva do público



(<https://www.agenciasp.sp.gov.br/governo-de-sp-realiza-mais-de-2-mil-atendimentos-na-expo-ciee/>)

Desenvolvimento (<https://www.agenciasp.sp.gov.br/editoria/desenvolvimento/>)

ter, 17/09/2024 - 8:19

Governo de SP realiza mais de 2 mil atendimentos na Expo CIEE (<https://www.agenciasp.sp.gov.br/governo-de-sp-realiza-mais-de-2-mil-atendimentos-na-expo-ciee/>)

Estado levou serviços de qualificação profissional, empregabilidade e microcrédito durante evento realizado entre os dias 12 e 14 de setembro





(<https://www.agenciasp.sp.gov.br/programa-casa-paulista-abre-credenciamento-de-empresendimentos-para-receber-carta-de-credito-imobiliario/>)

Infraestrutura (<https://www.agenciasp.sp.gov.br/editoria/infraestrutura/>)

ter, 17/09/2024 - 8:10

Programa Casa Paulista: SP credencia empreendimentos para crédito imobiliário (<https://www.agenciasp.sp.gov.br/programa-casa-paulista-abre-credenciamento-de-empresendimentos-para-receber-carta-de-credito-imobiliario/>)



O formulário de cadastro para empresas que desejam inscrever seus empreendimentos estará disponível até outubro



(<https://www.agenciasp.sp.gov.br/sp-inicia-desassoreamento-do-rio-batalha-para-garantir-abastecimento-de-agua-em-bauru/>)

Meio Ambiente (<https://www.agenciasp.sp.gov.br/editoria/meio-ambiente/>)

ter, 17/09/2024 - 7:13

SP inicia desassoreamento do Rio Batalha para garantir abastecimento de água em Bauru (<https://www.agenciasp.sp.gov.br/sp-inicia-desassoreamento-do-rio-batalha-para-garantir-abastecimento-de-agua-em-bauru/>)

Previsão é que sejam retirados 12 mil m³ de resíduos sólidos do curso d'água; investimento é de R\$ 1,1 milhão





(<https://www.agenciasp.sp.gov.br/setembro-amarelo-conheca-os-programas-relacionados-a-saude-mental-oferecidos-pelo-governo-de-sao-paulo/>)

Saúde (<https://www.agenciasp.sp.gov.br/editoria/saude/>) seg, 16/09/2024 - 15:20

Setembro Amarelo: conheça os programas relacionados à saúde mental oferecidos pelo Governo de São Paulo (<https://www.agenciasp.sp.gov.br/setembro-amarelo-conheca-os-programas-relacionados-a-saude-mental-oferecidos-pelo-governo-de-sao-paulo/>)



Iniciativas auxiliam na prevenção ao suicídio e no cuidado integral à saúde mental, destacando a importância da educação e do acolhimento



mais notícias
(<https://www.agenciasp.sp.gov.br/noticias/>)

Governo do Estado de São Paulo

agenciadenoticias@sp.gov.br(mailto:agenciadenoticias@sp.gov.br)

Avenida Morumbi, 4.500 – Morumbi – São Paulo/SP – CEP: 05650-905

Ouvidoria (<https://www.ouvidoria.sp.gov.br/Portal/Default.aspx>)

Transparência (<http://www.transparencia.sp.gov.br>)

SIC (<http://www.sic.sp.gov.br/>)



om	co	net	om	co	vs	ph
/	m/	/	/	mp	pn	oto
go	go	@g	go	an	oz	s/
ver	ver	ove	ver	y/	ap)	go
no	no	rno	no	go		ver
sp/	sp/	sp)	sp/	ver		no
)	)		)	no		sp)
				sp/		
				)		

