

Óculos multifocais podem aumentar quedas para idosos

Pesquisadores australianos dizem ter encontrado um jeito simples de diminuir os riscos de queda para idosos que usam óculos multifocais. Eles devem usar um par separado, com lentes simples, para ambientes externos.

Os óculos multifocais corrigem a vista tanto para longe quanto para perto. Podem ser práticos, mas estudos mostram que quem usa esses óculos tem mais risco de cair quando está fora de casa ou subindo e descendo escadas. Essas lentes prejudicam a noção de profundidade à distância, o que pode piorar o equilíbrio dos idosos.

"A troca de óculos funciona melhor para pessoas mais velhas (com mais de 70 anos) que saem de casa todas as semanas", diz o professor Stephen Lord, do Prince of Wales Medical Research Institute de Sydney.

"Nesse grupo, vimos uma queda de 40% nas quedas durante um ano", afirma Lord.

O pesquisador admite que um segundo par de óculos representa um gasto a mais. "Mas óculos de lentes simples são bem mais baratos que os multifocais", diz Lord.

O estudo foi publicado nesta semana no "British Medical Journal". Participaram dele 606 idosos com 80 anos, em média, que usavam óculos multifocais e que tinham alto risco de queda.

Cerca de 50% deles receberam recomendação de usar óculos de lentes simples quando estivessem fora de casa ou em locais desconhecidos. Eles também receberam conselhos sobre como evitar quedas. A outra metade era o grupo de controle e continuou a usar lentes multifocais e não recebeu orientações.

Depois de 13 meses, quase 350 pessoas caíram cerca de 950 vezes. O número total de quedas em quem usou lentes simples foi 8% menor do que no grupo de controle. Para os que saíam regularmente, todas as quedas, até as que causavam lesões, caíram 40%.

Quem trocou de lentes sofreu algumas lesões não relacionadas a quedas, mais do que quem continuou a usar os multifocais.

Essas pessoas receberam indicação de usar um tipo de lente que escurece em ambientes externos. O período de transição dessa lente entre o ambiente interno e externo, de até dois minutos, pode explicar os problemas.

*Fonte: Folha.COM - 28 de maio de 2010
<http://www1.folha.uol.com.br/eqilibrioesaude/742489-oculos-multifocais-podem-aumentar-quedas-para-idosos.shtml>*