



# Guia Essencial: Aplicação Correta de Colírios

Dominar a técnica correta de aplicação de colírios é fundamental para a eficácia do tratamento ocular e para evitar contaminações. Este guia rápido oferece um passo a passo simples e prático para garantir que cada gota seja bem aproveitada.



**por Murilo Domingues**

# Preparação e Higiene: O Primeiro Passo



Antes de qualquer contato com os olhos ou o colírio, a higiene das mãos é crucial. Lave-as cuidadosamente com água e sabão por pelo menos 20 segundos para eliminar germes e evitar infecções.

Além disso, verifique as instruções na embalagem do colírio. Muitos requerem uma agitação suave antes do uso para garantir a homogeneidade da solução, especialmente se contiverem suspensões.

# Posicionamento Ideal e Aplicação Precisa

## **Incline a cabeça para trás**

Facilita o acesso ao olho e o direcionamento da gota.

## **Puxe a pálpebra inferior suavemente**

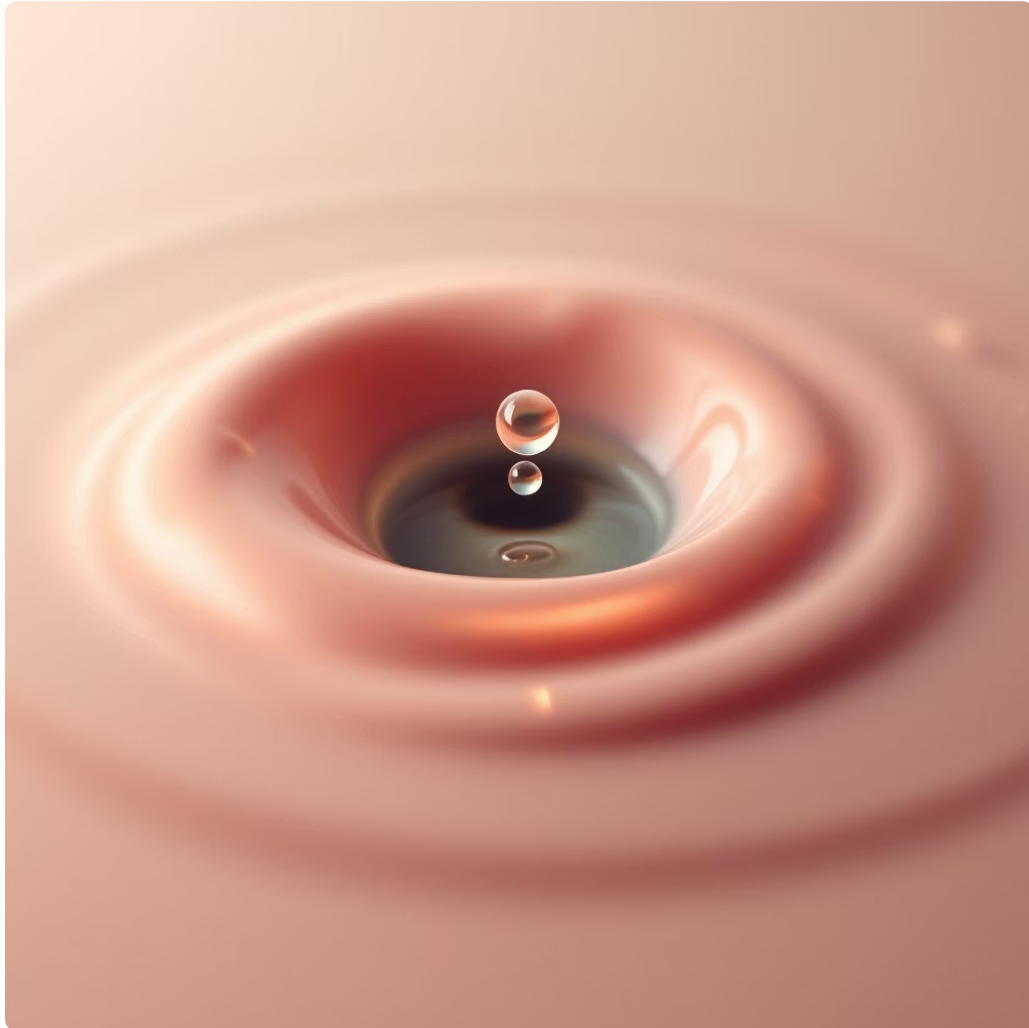
Crie uma pequena bolsa (saco conjuntival) para receber a gota.

## **Pingue uma gota**

Mantenha o frasco afastado do olho para evitar contaminação.



# A Regra de Uma Gota: Menos é Mais



É um erro comum pensar que mais gotas significam maior eficácia. Na verdade, o olho humano só consegue absorver uma gota de colírio por vez.

Mesmo que a gota escorra pelo rosto, não há necessidade de aplicar uma segunda gota imediatamente. O excesso é desperdiçado e pode aumentar o risco de efeitos colaterais.

# Otimizando a Absorção: O Pós-Aplicação



## **Feche os olhos suavemente**

Mantenha-os fechados por cerca de 2 minutos. Isso ajuda o colírio a ser absorvido e evita que ele escorra rapidamente.



## **Pressione o canto interno do olho**

Use o dedo indicador para pressionar gentilmente o canto interno do olho, próximo ao nariz. Isso oclui o canal lacrimal e impede que o colírio drene para a garganta, evitando o sabor amargo e maximizando a absorção ocular.



# Múltiplos Colírios: Tempo de Espera Essencial

Se você precisa usar mais de um tipo de colírio, o intervalo entre as aplicações é crucial. Aguarde de 5 a 10 minutos entre um colírio e outro.

Este tempo permite que o primeiro colírio seja absorvido adequadamente, evitando que a segunda aplicação "lave" a anterior, comprometendo a eficácia de ambos os medicamentos.





# Prevenindo Contaminação: Regras de Ouro



## **Evite contato**

Nunca toque a ponta do frasco em qualquer superfície, incluindo o olho, pálpebras ou cílios. Isso previne a contaminação do colírio.



## **Armazenamento correto**

Siga sempre as orientações de armazenamento do fabricante (temperatura, luz). Isso garante a estabilidade e eficácia do produto.



## **Descarte após o tempo que está descrito na bula**

A maioria dos colírios deve ser descartada 30 dias após a abertura, mesmo que ainda haja líquido, para evitar contaminação bacteriana.

# Cuidado Ocular: Seus Olhos Merecem Atenção

Aplicar colírios corretamente é um gesto simples que faz uma grande diferença na sua saúde ocular. Seguindo estas orientações, você garante que seus olhos recebam o tratamento ideal.

Em caso de dúvidas ou desconforto persistente, consulte sempre um oftalmologista. A saúde dos seus olhos é preciosa!



# **Dr. Murilo Valladares Domingues**

## **Informações Profissionais**

O Dr. Murilo Valladares Domingues é um médico oftalmologista, devidamente registrado no CRM-PR sob o número 12506 e no RQE sob o número 6117. Para facilitar o contato e o acesso às suas informações profissionais, disponibiliza seu cartão digital por meio do seguinte endereço: <https://taggo.one/drmurilo>

Seu consultório está localizado na Avenida República Argentina, número 2056, 8º andar, em Curitiba, PR. Para agendar consultas ou obter mais informações, é possível entrar em contato pelos telefones: (41) 3345-0700 e WhatsApp recepção (41) 8403-3182 WhatsApp cirurgias e lentes de contato (41) 98783-6083

## **Áreas de Especialização**

Especialista em cirurgia de catarata, córnea, ceratocone e cirurgia refrativa, o Dr. Murilo dedica-se às principais áreas da oftalmologia que visam a saúde ocular e a correção de problemas visuais, proporcionando qualidade de vida aos seus pacientes.

## **Formação e Experiência**

O Dr. Murilo Valladares Domingues possui formação complementar nos Estados Unidos, o que contribui para seu aprimoramento contínuo e atualização técnica. Ao longo de sua carreira, já realizou mais de dez mil cirurgias, sempre pautando sua atuação pelo cuidado, excelência técnica e atendimento personalizado aos pacientes.