



Folheto Informativo sobre Blefarite

O que é Blefarite?

Blefarite é quando as bordas de suas pálpebras ficam irritadas ou inflamadas. Às vezes é chamada de "inflamação da pálpebra". Pode fazer com que seus olhos coçam, formem crostas ou fiquem desconfortáveis. É uma condição muito comum.

Quais são os Sintomas?

Você pode notar:

- Pálpebras vermelhas ou inchadas
- Crostas ou flocos perto dos cílios
- Cílios curtos ou quebrados, ou perda de alguns cílios
- Olhos coçando, ardendo ou doloridos
- Sensação de que algo está em seu olho

O que Causa Isso?

Blefarite pode ocorrer quando:

- As pequenas glândulas de óleo nas pálpebras ficam bloqueadas
- Bactérias ou pele morta se acumulam perto dos cílios
- Você tem condições de pele como caspa ou rosácea
- Maquiagem ou alergias que irritam as pálpebras

Isso é Sério?

Blefarite não é perigosa, mas pode ser desconfortável e frequentemente retorna.

Se não tratada, pode causar:

- Olhos secos ou irritados
- Inchaços vermelhos nas pálpebras causados por glândulas de óleo bloqueadas (chamados chales ou calázios)



Como é Tratada?

Blefarite pode não desaparecer completamente, mas você pode gerenciá-la com bons cuidados com as pálpebras. Seu médico pode sugerir:

- Compressas mornas para soltar crostas e óleos das pálpebras
- Limpeza diária das pálpebras com um sabão suave (como shampoo de bebê) ou lenços para pálpebras
- Pomadas prescritas, colírios ou medicamentos orais se for mais grave
- Lágrimas artificiais se seus olhos estiverem secos

Como Limpar suas Pálpebras em Casa

1. Lave suas mãos
2. Coloque um pano morno e úmido sobre as pálpebras fechadas por alguns minutos
3. Massageie suavemente suas pálpebras usando o pano morno e algumas gotas de shampoo de bebê para limpar ao longo dos cílios
4. Enxágue com água limpa e repita diariamente ou conforme recomendado pelo seu médico

Perguntas Frequentes

P: Blefarite é contagiosa?

R: Não. Você não pode pegá-la de outra pessoa. Não é uma infecção.

P: Ela vai desaparecer completamente?

R: Ela pode ir e vir com o tempo. A limpeza diária das pálpebras geralmente mantém sob controle.

P: Posso usar maquiagem?

R: Sim, na pele fora dos cílios, mas seu médico pode recomendar evitar maquiagem nos olhos durante surtos.

Este documento foi revisado pelo Dr. Steve Arshinoff.