



PREVALÊNCIA DE SÍNDROME DO OLHO SECO E ASTENOPIA EM USUÁRIOS DE DISPOSITIVOS DIGITAIS: ESTUDO TRANSVERSAL COM O OSDI

INTRODUÇÃO

O tempo diário de exposição a telas cresceu de forma acentuada na última década, acompanhando a informatização do trabalho, do ensino e do lazer. Durante o uso de dispositivos digitais a frequência de piscadas diminui e a abertura palpebral aumenta, favorecendo a evaporação lacrimal e sintomas como ardência e visão flutuante, quadro descrito como astenopia digital (SHEPPARD; WOLFFSOHN, 2018). No Brasil, inquérito com 3.107 participantes associou o uso de computador por mais de seis horas diárias ao olho seco autorreferido (CASTRO et al., 2018).

Objetivo: Estimar a prevalência e a gravidade dos sintomas de olho seco, avaliados pelo OSDI, e de astenopia em adultos expostos a telas por seis horas ou mais por dia.

METODOLOGIA

Tipo de Estudo: observacional, transversal e analítico, realizado entre março e julho de 2026.

Amostra: 120 participantes de 18 a 50 anos, com exposição a telas igual ou superior a 6 horas/dia, por amostragem consecutiva.

Instrumento: questionário OSDI e escala de sintomas de astenopia, autoaplicáveis.

Exclusão: doenças autoimunes oculares, cirurgia ocular recente, colírios com conservantes de uso contínuo e gestação.

Análise: SPSS 26.0, com teste qui-quadrado, Mann-Whitney e correlação de Spearman ($p < 0,05$).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O escore médio do OSDI foi $26,8 \pm 15,4$, e 89 participantes (74,2%) apresentaram pontuação compatível com olho seco. A distribuição por gravidade está na Tabela 1. Sintomas de astenopia foram relatados por 98 participantes (81,7%), com predomínio de cefaleia ao final do dia (62,5%) e ardência ocular (57,5%). Houve correlação positiva entre horas de tela e o escore do OSDI ($r_s = 0,41$; $p = 0,003$), com valores maiores em mulheres ($p = 0,012$) e em usuários de lentes de contato ($p = 0,030$).

Tabela 1. Distribuição da gravidade dos sintomas de olho seco segundo o OSDI (n = 120).

Classificação OSDI	Escore	n (%)
Normal	0–12	31 (25,8%)
Leve	13–22	30 (25,0%)
Moderado	23–32	27 (22,5%)
Grave	33–100	32 (26,7%)
Total	—	120 (100%)

Fonte: Autora, 2026.

CONCLUSÃO

- Três em cada quatro participantes com uso intenso de telas apresentaram sintomas de olho seco.
- A gravidade dos sintomas aumentou conforme o tempo diário de exposição às telas.
- Recomenda-se triagem com o OSDI e orientação sobre pausas visuais nessa população.

REFERÊNCIAS

