



Rita Gama

“O livro é imutável e eu sou uma leitora apaixonada”

A OftalPro foi ao encontro de Rita Gama, médica oftalmologista, que publicou, em setembro, um livro dedicado a uma técnica de imagem, a tomografia de coerência óptica (OCT). Rita Gama revela que é “uma leitora apaixonada” e que este livro

surge de uma necessidade: “Tive sempre dificuldade em encontrar um livro que explicasse de uma forma simples a interpretação das imagens. Existem muitos, mas parecem-me muito complexos”.

Quem é Rita Gama?

Formei-me na Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, há 28 anos. Completei o internato geral no Hospital de Santa Maria, a casa onde nasci como profissional e como pessoa. Fiz o internato de oftalmologia no Hospital de São José e fui assistente hospitalar no Instituto de Oftalmologia Dr. Gama Pinto. Em 2009 decidi sair do Sistema Nacional de Saúde e, até hoje, faço parte do corpo clínico do Hospital da Luz. Há quatro anos abri o meu consultório privado, a Gama Eye Care. E mantenho a colaboração com o Hospital de Vila Franca de Xira há alguns anos.

O que mais gosta de fazer no exercício da sua atividade profissional?

Gosto de muitas atividades. A clínica é a mãe de todas. O contacto com quem nos procura é desafiante: procurar responder às necessidades de cada um, é o maior desafio. A mesma doença pode ter abordagens diferentes, dependendo de cada um.



Comunicar com alguém sobre o seu corpo é entrar na intimidade dessa pessoa. Eu diria que é mesmo um privilégio. Mas também sou apaixonada pelo estudo. Adoro saber novidades, interessei-me por várias áreas e conduzo alguns estudos clínicos, pequenos, que desenvolvi.

Nos últimos anos dedico-me também à comunicação em saúde. Já fiz programas de televisão e atualmente dedico-me às redes sociais. Procuo conjugar a comunicação com o ensino e divulgar temas relacionados com a saúde ocular, sempre com uma intenção pedagógica. É um trabalho criativo muito interessante. Com a Gama Eye Care temos um site, página de Facebook, de Instagram, LinkedIn e três canais do YouTube.

Dentro da oftalmologia a que áreas se dedica atualmente?

A principal área a que me dedico é a oftalmologia pediátrica e estrabismo. Também faço exames de diagnóstico da retina (entre eles, a OCT) e desenvolvo uma investigação que concilia estas duas áreas: estudo a OCT nas crianças, da qual muito pouco se sabe ainda.

Em setembro lançou o livro “OCT da Macula - camada a camada”? Como surgiu a ideia de criar este livro?

A ideia de escrever este livro surgiu de uma necessidade. A OCT é uma tecnologia recente e quem tem evoluído muito. Quando acabei a especialidade de oftalmologia a OCT estava a dar os primeiros passos. Tive sempre dificuldade em encontrar um livro que explicasse de uma forma simples a interpretação das imagens. Existem muitos, mas parecem-me muito complexos. Gosto da ideia de ter um livro que me explique “como se eu tivesse cinco anos”. Já tinha escrito outros dois livros “Estrabismo para totós” e “ABC

da Diplopia”, com o mesmo intuito, introduzir os leitores na linguagem de cada uma destas áreas e explicar passo-a-passo conceitos que se tornam progressivamente complexos.

Agora, o livro ganhou asas e tem uma nova vertente, vídeos de um minuto, publicados semanalmente nas redes sociais em páginas próprias: Facebook, Instagram, LinkedIn e Youtube.



“A OCT tem evoluído imenso e tornou-se um exame banal e imprescindível.”
“Infelizmente, nalgumas áreas do nosso país, o diagnóstico das doenças oculares é tardio”, afirma Rita Gama.

A quem se destina o livro?

Este livro destina-se a oftalmologistas, internos de oftalmologia e a ortoptistas, que realizam estes exames na maior parte dos serviços de oftalmologia nacional.

Esta obra é bilingue. Numa área tão vasta como a oftalmologia essa questão é importante?

Acho fundamental. A linguagem médica está invadida com termos ingleses, que adotamos com muito facilidade. Os portugueses dominam o inglês com facilidade, contrariamente a outros povos. Se isto é uma vantagem, a adoção de termos ingleses constante é uma agressão à nossa língua. Temos termos semelhantes na nossa língua e, essa também é a nossa bandeira.

O que pode desvendar sobre o livro?

É um livro com muitas imagens (620), já que se trata de uma técnica de imagem, e com muitos diagramas e tabelas que explicam as alterações encontradas. Em cada exame são explicados as condições técnicas e os passos da interpretação. A avaliação da OCT resulta da conjugação de vários tipos de imagens e das condições técnicas. O livro tem imagens imperfeitas porque na clínica diária as imperfeições estão, muitas vezes, presentes. Mas a tecnologia da OCT é tão poderosa que, mesmo com condições técnicas pouco fiáveis, podemos retirar informação útil.

Como está o exame de OCT em Portugal? Tem havido evolução?

A OCT tem evoluído imenso e tornou-se um exame banal e imprescindível. Começou por ser um exame que estudava a anatomia da retina, numa área central de 6x6mm ou de 3,4x6mm no nervo ótico. Mudou muito a forma como entendemos as doenças da retina, do nervo ótico e até do cérebro! Estendeu-se

para o segmento anterior do olho e atualmente incide sobre a vascularização da retina. As últimas novidades mostram um exame que pretende estender-se a toda a retina. Em Portugal temos estes equipamentos disponíveis, graças a investimentos hospitalares importantes. Todos os dias há novidades nesta área e continuamos a aprender com este instrumento fantástico.

Além deste livro tem outros já escritos. Considera que é importante passar para o papel o conhecimento que vai adquirindo?

Sim. O livro é imutável e eu sou uma leitora apaixonada. Sabemos que quando um livro é lançado já está desatualizado, mas o livro mostra o estado da arte naquele momento. É o testemunho mais estruturado do conhecimento.

Neste momento quais são as maiores preocupações em relação à oftalmologia em Portugal?

A principal preocupação é garantir o acesso de todos à saúde visual. Ainda há uma fração da nossa população com muita dificuldade de acesso e com grande aliteracia em saúde. Infelizmente, nalgumas áreas do nosso país, o diagnóstico das doenças oculares é tardio.

Que mensagem gostaria de deixar?

Gostaria de agradecer a todos os que permitiram a realização deste livro: Aos meus doentes, aos ortoptistas com quem trabalho, às minhas assistentes, à Zeiss, à Dra Maria João Veludo, ao Prof Bruno Lumbroso, ao Satyen Keni, ao Pedro Teixeira, aos meus amigos e ao meu querido marido, que me apoia incondicionalmente.



Licenciada em Medicina pela Universidade de Lisboa, Rita Gomes de Brito Dinis da Gama é especialista nas áreas de estrabismo, oftalmologia pediátrica e tomografia de coerência ótica. Nasceu em Lisboa a 18 de abril de 1971 e exerce atualmente funções como assistente hospitalar no Hospital da Luz. Colabora com os serviços de oftalmologia do Hospital de Vila Franca de Xira e tem uma clínica privada, o Gama Eye Care, há quatro anos. É autora dos livros “Estrabismo para totós”, “ABC da Diplopia” e, mais recentemente, “OCT da Mácula – camada a camada. Participa em múltiplas reuniões científicas nacionais e internacionais. Em 2018 e 2019 venceu dois prémios um no World Congress of Ophthalmology, em Barcelona (“Most outstanding abstract”) e outro na Reunião de Outono em Guimarães (Melhor poster). Já em 2021 venceu o Best Free Paper Award, do congresso da World Society of Pediatric Ophthalmology and Strabismus (WSPOS). Rita Gama descreve a sua experiência na oftalmologia como “trabalhar os 2 M’S: Mais e Melhor”. Além da prática clínica, a médica oftalmologista dança flamenco há vários anos.