

Para obtener más información sobre la enfermedad ocular diabética, póngase en contacto con:

- **EyeCare America**
1-877-887-6327
1-800-222-3937
www.eyecareamerica.org
- **National Eye Health Education Program**
31 Center Drive MSC 2510
Bethesda, MD 20892-2510
www.nei.nih.gov

Para obtener información sobre el control del azúcar en la sangre, póngase en contacto con:

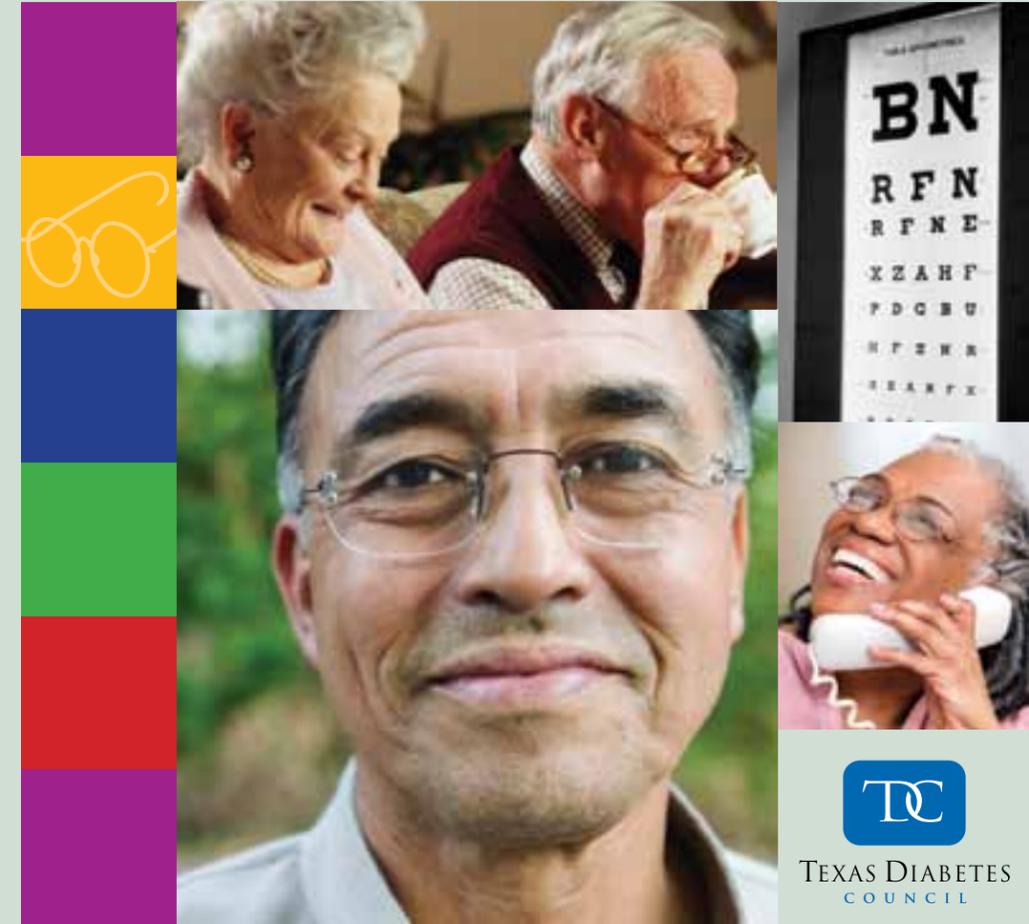
- **National Diabetes Education Program**
One Diabetes Way
Bethesda, MD 20814-9692
www.ndep.nih.gov
- **National Diabetes Information Clearinghouse**
1 Information Way
Bethesda, MD 20892-3560
www.diabetes.niddk.nih.gov

El Instituto Nacional del Ojo de los Institutos de Salud contribuyó información para este folleto.

Texas Diabetes Council MC 1965
Texas Department of State Health Services
PO Box 149347, Austin, TX 78714-9347
www.texasdiabetescouncil.org 1-888-963-7111, extensión 7490



CONOZCA LA ENFERMEDAD OCULAR DIABÉTICA



Datos sobre la enfermedad ocular diabética

La enfermedad ocular diabética se refiere a un grupo de problemas que las personas con diabetes podrían enfrentar como una complicación de esta enfermedad. Y todos ellos pueden causar una grave pérdida de la vista e incluso ceguera. Con la detección precoz, la enfermedad ocular diabética a menudo puede tratarse antes de que ocurra pérdida de la vista.

Si tiene diabetes, debe hacerse un examen del ojo dilatado al menos una vez al año. Durante el examen, su profesional del cuidado de los ojos usará gotas de los ojos para agrandarle las pupilas. Eso le permite ver más al interior de los ojos y detectar cualquier signo de enfermedad ocular.

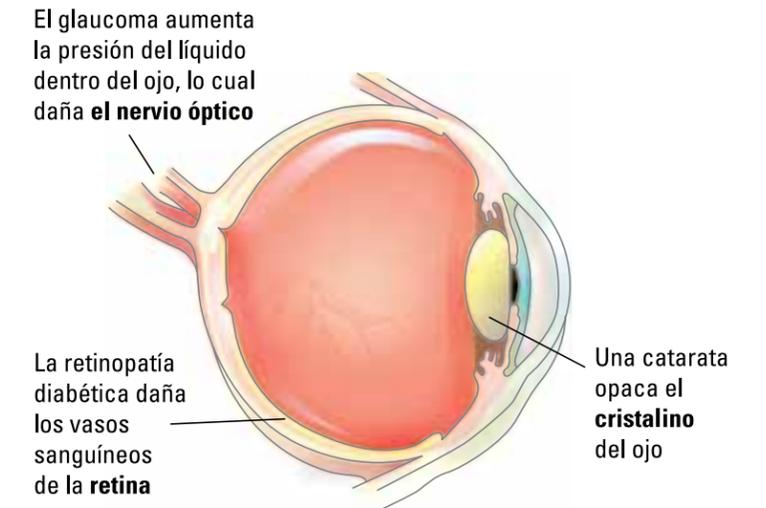
Enfermedades oculares diabéticas

Las enfermedades oculares diabéticas incluyen la retinopatía diabética, las cataratas y el glaucoma.

La retinopatía diabética es la enfermedad ocular diabética más común. La causan ciertos cambios en los vasos sanguíneos de la retina, que a menudo ocasionan pérdida de la vista y ceguera.

La retinopatía diabética se trata con cirugía láser, y la atención de seguimiento adecuada puede reducir el riesgo de ceguera en un 90 por ciento.

Enfermedades oculares diabéticas



La **catarata** es una opacificación del cristalino natural, la parte del ojo responsable de enfocar la luz y producir imágenes claras y nítidas. Las cataratas se presentan a una edad más temprana en las personas con diabetes y generalmente pueden tratarse con cirugía.

El glaucoma es un aumento de la presión en el ojo, que puede causar daños en el nervio óptico. Una persona con diabetes tiene casi el doble de riesgo de padecer glaucoma que otros adultos. Cuanto más tiempo lleve padeciendo diabetes, mayor riesgo tendrá de contraer glaucoma. El glaucoma se trata con medicamentos, láser u otras formas de cirugía.





Un vistazo a la retinopatía diabética

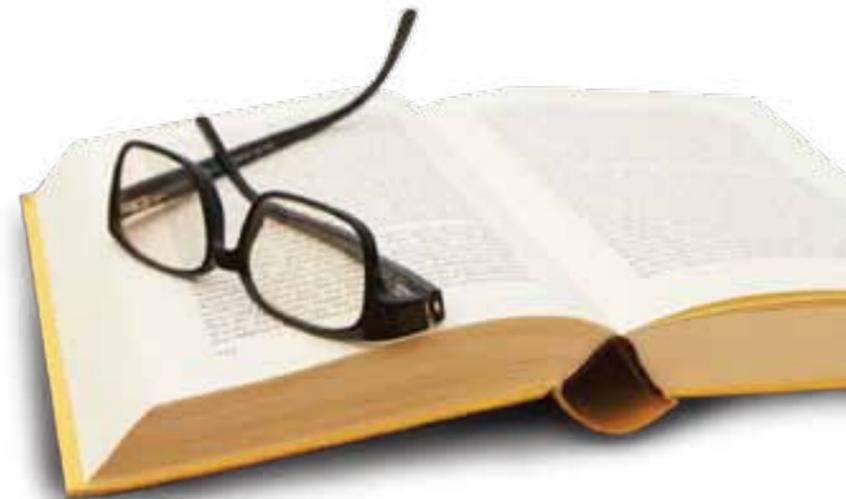
Cualquier persona con diabetes corre riesgo de padecer retinopatía diabética, la causa principal de ceguera en los adultos estadounidenses. Cuanto más tiempo padezca diabetes una persona, mayor probabilidad hay de que contraiga retinopatía diabética. Los siguientes son algunos datos de dicha enfermedad ocular diabética:

- Entre 40 y 45 por ciento de las personas diagnosticadas con diabetes tienen algún grado de retinopatía diabética.
- A menudo no hay ningún síntoma en las primeras etapas de la retinopatía diabética. No hay dolor y puede que no haya ningún cambio en la visión. Con el tiempo, la retinopatía diabética puede empeorar y causar pérdida de la vista y ceguera.
- La retinopatía diabética generalmente afecta ambos ojos.

- Todas las mujeres embarazadas con diabetes deben hacerse un examen exhaustivo del ojo dilatado al principio del embarazo. Su médico podría también recomendarle exámenes adicionales antes de que nazca su bebé.
- Además de los exámenes anuales regulares de la vista, su profesional del cuidado de los ojos podría determinar que necesita un examen de los ojos más de una vez al año, si tiene retinopatía diabética.
- La cirugía láser muchas veces no puede restaurar la visión que ya se ha perdido. Por eso la detección precoz de la retinopatía diabética es la mejor manera de prevenir la pérdida de la vista.
- La retinopatía diabética no puede evitarse del todo pero su riesgo puede reducirse en gran medida. El control de los niveles de azúcar en la sangre retrasa la aparición y la evolución de la retinopatía y reduce la necesidad de cirugía láser en casos graves de retinopatía.

Cómo prevenir la pérdida de la vista

La mejor manera de controlar la enfermedad ocular diabética es detectar y tratar la enfermedad en forma temprana, antes de que cause la pérdida de la vista o la ceguera. Los pacientes con diabetes deben hacerse un examen exhaustivo del ojo dilatado al menos una vez al año. Informe de cualquier cambio en la vista o problema ocular tanto a su médico regular como a su oculista.



Las personas con diabetes también pueden tomar las siguientes medidas para evitar complicaciones:

1. Conozca lo básico — A1c (glucosa en la sangre), presión arterial y cifras de colesterol.
2. Tome sus medicamentos según lo recetado por su médico.
3. Hágase diariamente la prueba del nivel de azúcar en la sangre.
4. Mantenga un peso saludable.
5. Haga actividad física regularmente.
6. Deje de fumar.

