

## La diabetes y sus ojos

La diabetes puede dañar sus ojos y es la causa principal de ceguera entre los adultos.

Los problemas de ojos comunes en personas con diabetes son:

- Cataratas. Éstas hacen su visión borrosa.
- Glaucoma. Esto es presión alta en su ojo. También puede dañar su visión.
- Retinopatía diabética. Esto es daño en la retina. La retina es una capa delgada de tejido que cubre la parte de atrás del ojo.

Si tiene diabetes, asegúrese de que un especialista en ojos (oftalmólogo) le revise los ojos por lo menos una vez al año.



Visión normal



Visión borrosa



Visión con retinopatía\*

\*Puede ver con claridad y aún así tener retinopatía

# DIABETES

## Retinopatía diabética

La retinopatía es la causa más común de pérdida de la visión en la mayoría de las personas con diabetes.

Con el tiempo, la diabetes puede dañar los vasos sanguíneos en sus ojos. Los vasos sanguíneos pueden hincharse o bloquearse. Una vez que esto sucede, los vasos sanguíneos tienen fugas y pueden causar visión borrosa. Esto se llama retinopatía.

## Cosas que puede hacer para prevenir los problemas oculares

1. Mantener su glucosa en sangre bajo control.
2. Mantener su presión arterial bajo control.
3. Tener un examen de ojos con dilatación de pupilar cada año.
4. Dejar de fumar.

### CONSEJO

Pregúntele a su médico si necesita un examen de ojos con dilatación de pupila.