

Diabetes: Cuidado de los ojos



La diabetes está relacionada con problemas o condiciones de los ojos. Por esto, se recomienda tomar medidas para identificar cualquier problema a tiempo y cuidar de sus ojos.

Señales de alerta:

- Ve líneas, puntitos negros que no desaparecen, punto o niebla roja
- Cambios en la claridad con la que ve
- Requiere más tiempo de lo usual para adaptarse a la oscuridad

Recomendaciones

- Cuando esté al aire libre, utilice gafas de sol con protección contra los rayos ultravioletas.
- Use gafas protectoras cuando realice deportes, trabajos de construcción o reparaciones en el hogar.
- Descanse los ojos cada 20 minutos, observando algo a unos 20 pies de distancia durante 20 segundos.
- Cuando utilice la computadora, ajuste la configuración de la pantalla: brillo, color y tamaño del texto.



Debe realizarse un examen de los ojos con dilatación de pupila al menos una (1) vez al año.



**Consulte con un
optómetra y
un oftalmólogo**

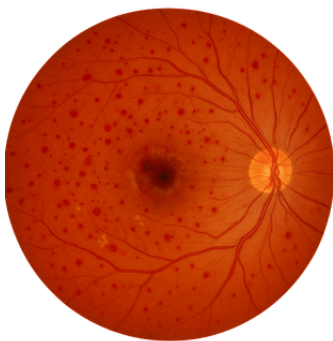


Diabetes: Cuidado de los ojos

Enfermedades comunes de los ojos asociadas a la diabetes:

Retinopatía: Condición en la cual los vasos sanguíneos de la retina se debilitan. En caso de no tratarse a tiempo, puede provocar sangrado y causar ceguera.

Tratamiento: Inyecciones oculares, tratamiento con láser o cirugía.

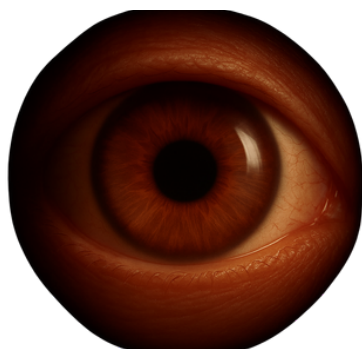


Edema macular: Condición en la cual los vasos sanguíneos de la retina retienen líquido hacia la mácula, que es donde se enfoca la vista. Como consecuencia, la visión se vuelve borrosa.

Tratamiento: Inyecciones oculares, tratamiento con láser, o cirugía.

Cataratas: Son una opacidad del cristalino del ojo. Se caracteriza por causar visión borrosa (se nubla el cristalino del ojo). Son comunes a medida que se envejece, pero puede aparecer en personas con diabetes.

Tratamiento: Cirugía de cataratas



Glaucoma: Es una condición que causa presión en el ojo. De no tratarse, puede ocasionar pérdida de visión o ceguera. Es más común en personas con diabetes.

Tratamiento: Inyecciones oculares, tratamiento con láser, o cirugía.

Ojo seco: Falta de líquido en la superficie del ojo. Causa visión borrosa que provoca parpadear para mejoría; lagrimeo que compensa la sequedad; y ardor en los ojos. Las personas con diabetes tienen el doble de probabilidades de desarrollarlo.

Tratamiento: Gotas para los ojos, tapones de silicona, o cirugía.

