

¿Qué se está haciendo para prevenir pérdida de la visión en diabéticos?

La American Academy of Ophthalmology (AAO), creó un sitio en la web para todos los pacientes incluyendo las personas que tienen diabetes. La AAO, específicamente trabaja para educar a los proveedores y a los pacientes acerca de la importancia de un examen anual del ojo dilatado. Visite www.aao.org o www.geteyesmart.org.



¿Dónde puedo conseguir más información?

La National Eye Institute (NEI) provee materiales educativos sobre retinopatía diabética y otras enfermedades en el <http://catalog.nei.nih.gov/c-35-by-topic.aspx>.

La National Diabetes Education Program (NDEP) provee recetas, materiales educativos para los pacientes y una guía para los pacientes que tienen diabetes que incluye el cuidado de los ojos en el www.yourdiabetesinfo.org.

Para las personas con diabetes, el cuidar de su visión es tan importante como lo es el control de la diabetes el supervisar los niveles de azúcar en la sangre, controlar el A1C, examinar los niveles de lípido y revisor los pies para asegurarse de que no tengan cortaduras y llagas. Un examen anual del ojo dilatado es una parte esencial de un buen cuidado personal.



Imágenes cortesía del Instituto Nacional del Ojo

**6830 W. Oquendo Rd.
Suite 102
Las Vegas, NV 89118
702.743.1964**

This publication was supported by the Nevada State Health Division through Grant Number 5U58DP002003-02 from the Centers for Disease Control and Prevention. Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of the Nevada State Health Division or the Centers for Disease Control and Prevention.



No Pierda de Vista la Enfermedad Visual Diabética

Información para Gente con Diabetes

Si usted tiene diabetes, usted probablemente sabrá que su cuerpo no puede utilizar o almacenar el azúcar correctamente. Niveles altos de azúcar en su sangre pueden causar daños en los vasos sanguíneos en sus ojos y

consecutivamente causarle retinopatía diabética. Es un hecho que, mientras más tiempo una persona tenga diabetes, esto aumenta las probabilidades de que él o ella tenga retinopatía. De



acuerdo con la American Academy of Ophthalmology, la gente con diabetes es 25 veces más propensa a perder la visión que las que no son diabéticas. ¿Cómo sucede esta pérdida de la visión y cómo puede ser prevenida?

¿Cómo la diabetes afecta sus ojos?

- ❖ La diabetes causa problemas en la retina (formando un forro o capa en el interior del globo ocular) con los vasos sanguíneos pequeños.
- ❖ Niveles altos de azúcar en la sangre pueden dañar los vasos sanguíneos en la retina. Esto hace que la retina se hinche y forme depósitos. Cuando se dañan los vasos sanguíneos, se puede escapar el líquido o sangrar (hemorragia).
- ❖ Estos escapes pueden causar daño irreversible a la retina y a la pérdida de la visión.

¿Todos los diabéticos tienen problemas de los ojos?

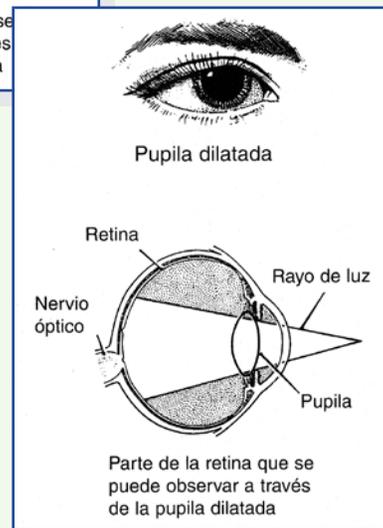
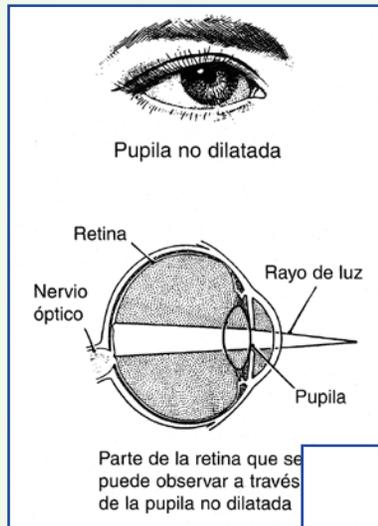
- ❖ Todos los que tienen diabetes están en riesgo de desarrollar retinopatía diabética, pero no todos la desarrollan.
- ❖ Los pacientes con diabetes controlada viven mejor que éstos con diabetes incontrolada. Sin embargo, incluso diabéticos que controla su enfermedad perfectamente también puede desarrollar retinopatía diabética. Por lo tanto, todos los pacientes con diabetes necesitan exámenes de retina anuales.

¿Qué puedo hacer para mantener mis ojos sanos?

- ❖ Mantener los niveles de azúcar en su sangre bajo control.
- ❖ Bajar la tensión arterial.
- ❖ Mantenerse físicamente activo(a) diariamente.
- ❖ Tome todas sus medicinas siguiendo las indicaciones de su doctor.
- ❖ Deje de fumar.
- ❖ Vea un profesional del cuidado visual una vez al año para hacerse un examen del ojo diabético retiniano.

¿Cómo sé si tengo problemas de la visión?

- ❖ Cambios en su visión pueden ocurrir lentamente pero pueden ser serios.
- ❖ “Manchas visuales” (puntos de color gris claro o oscuro en su visión) y visión doble pueden ser muestras de retinopatía diabética.



¿Qué sucede en un examen del ojo diabético retiniano?

- ❖ Un examen de los ojos usando una carta visual con su doctor regular o recibir una receta para lentes no es lo mismo que un examen retiniano del ojo.
- ❖ En un examen retiniano del ojo, profesionales del cuidado visual dilatan sus pupilas (el punto negro en el centro del ojo) poniendo gotas en sus ojos y usan lentes especiales para mirar en la parte posterior de su ojo.

¿Qué hago si mi seguro médico no cubre cuidado visual?

- ❖ La diabetes es una condición médica. Esto significa que cuando usted visita a un profesional del cuidado visual para hacerse un examen retiniano del ojo, es parte de su plan de seguro médico.
- ❖ Para revisar su cobertura del examen del ojo en Medicare en Nevada, vaya al www.medicare.gov/coverage.

¿Qué hago si no puedo pagar un examen del ojo?

Vision USA o Eyecare America puede ayudar proporcionando servicios básicos del cuidado de la salud del ojo y de la visión gratuitamente a la gente sin seguro o de ingresos bajos y a sus familias que no tienen ningún otro medio de obtener cuidado. La página por internet de Vision USA es www.aoa.org/visionusa.xml o www.eyecareamerica.org. La página por internet de All About Vision explica el Programa de Cuidado Visual para adultos de mayor edad Senior Eye Care Program,

lo cual ayuda a calificados a conseguir exámenes de los ojos sin gastos personales. Llame a la línea de ayuda al (800) 222-EYES (3937) o visite www.allaboutvision.com/viewpoints/0300seniors.htm. El texto aparece en inglés solamente.