



La Diabetes + Sus Ojos

Retinopatía relacionada con la diabetes – Diagnóstico, Tratamiento, y Prevención

¿Cómo se diagnostica la retinopatía relacionada con la diabetes?

Si usted tiene diabetes, debe hacerse un examen de los ojos con dilatación de la pupila al menos una vez al año, o con más frecuencia si lo recomienda su médico especializado en los ojos (un oftalmólogo u optometrista). El examen de los ojos debe incluir dilatación de la pupila. La dilatación de la pupila se hace poniendo gotas en los ojos que agrandan la abertura en la parte de adelante del ojo, llamada pupila. Eso permite que el médico de los ojos pueda ver la parte de atrás del ojo. Este es un paso importante cuando se hace un examen de los ojos en las personas que tienen diabetes. Los efectos secundarios temporales de las gotas para dilatar la pupila son visión borrosa, especialmente para ver de cerca, y sensibilidad a la luz. Los efectos duran solo unas pocas horas, o menos, pero el beneficio puede ser enorme.

Si por algún motivo no puede hacerse un examen de los ojos anual con dilatación de la pupila, trabaje con su médico de atención primaria para que tome fotos de la retina de cada ojo para detectar enfermedades de los ojos relacionadas con la diabetes. Un médico de los ojos examina las fotos para determinar si usted podría tener una enfermedad ocular relacionada con la diabetes. Las fotos se pueden usar para comparar con imágenes tomadas en exámenes anteriores y futuros. Eso ayuda a monitorear la salud de los ojos para determinar si tiene retinopatía y necesita un examen completo con pupila dilatada. El médico de los ojos puede usar las fotos para mostrarle qué está pasando en sus ojos, para que puedan desarrollar juntos un plan de tratamiento. Un tratamiento oportuno de la retinopatía relacionada con la diabetes puede ayudar a disminuir su riesgo de pérdida de la vista.

Diferentes palabras, mismo significado

Las siguientes palabras se refieren a la misma afección y se pueden usar indistintamente.

enfermedades de los ojos relacionadas con la diabetes = enfermedades oculares diabéticas

retinopatía relacionada con la diabetes = retinopatía diabética

edema macular relacionado con la diabetes = edema macular diabético

¿Cómo se trata la retinopatía relacionada con la diabetes?

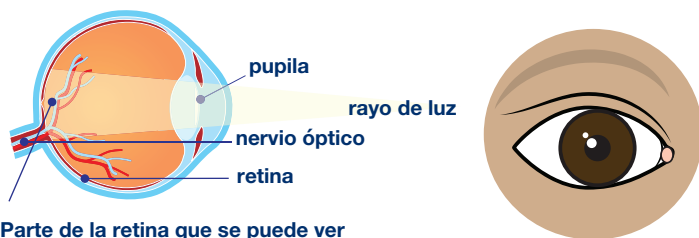
En las primeras etapas de la retinopatía relacionada con la diabetes, los exámenes anuales de los ojos con dilatación de pupila (o con más frecuencia si lo recomienda un médico de los ojos) son importantes para monitorear la retinopatía. En etapas más avanzadas, usted tiene una amplia gama de opciones para tratamiento, incluidos:

- medicamentos
- procedimientos con láser
- cirugía

Hablar con su médico de los ojos y trabajar juntos en su plan de tratamiento es la mejor forma de determinar los pasos a dar adecuados en su caso.

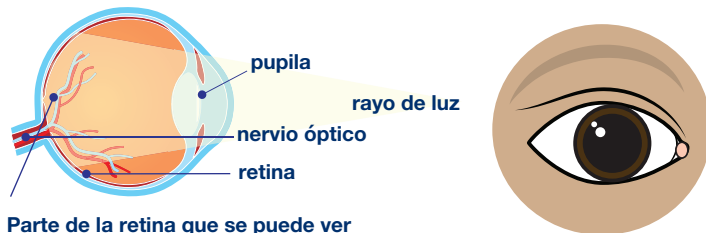
Es importante que usted sepa que el daño que sufre su retina suele ocurrir antes de que usted note

PUPILA NO DILATADA



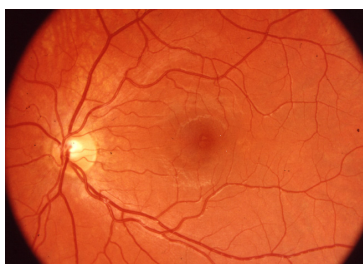
Parte de la retina que se puede ver a través de una pupila no dilatada.

PUPILA DILATADA

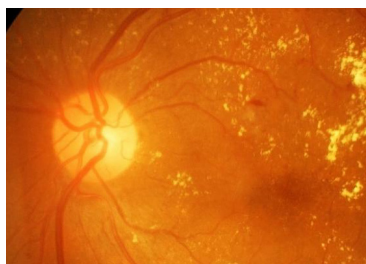


Parte de la retina que se puede ver a través de una pupila dilatada.

cambios en la visión. Hacerse un examen de ojos con dilatación de la pupila anualmente (o al menos fotos de la retina evaluadas por un médico de los ojos) es la mejor forma de descubrir cualquier enfermedad en los ojos en las primeras etapas, para asegurarse una vista sana. Su médico de los ojos hablará con usted si necesita hacerse un examen de los ojos más de una vez al año y sobre cualquier tratamiento que podría necesitar.



Normal



Enfermo

¿Cómo puede mantener sanos sus ojos cuando tiene diabetes?

- Conozca sus niveles de glucosa, presión arterial y colesterol para manejarlos.
- Haga un examen anual de los ojos con dilatación de la pupila, o con más frecuencia si su médico de los ojos lo recomienda. Si no puede hacerse un examen anual de los ojos,

- trabaje con su médico de atención primaria de la salud para obtener fotos de la retina en cada ojo. Un médico de los ojos examina las fotos para determinar si usted podría tener una enfermedad ocular relacionada con la diabetes.
- Mantenga un estilo de vida saludable. Eso debe incluir ejercicio regular, no fumar y seguir un plan de comidas saludable. Hable con un dietista o educador de diabetes sobre sus hábitos de alimentación y sobre crear una rutina de ejercicios. Hay muchas recetas de comida y recursos para mantenerse en forma excelentes que pueden ayudarle.

Los optometristas y oftalmólogos son médicos especializados en los ojos. ¿Cuál es la diferencia?

Un optometrista es un médico especializado en los ojos que obtuvo un título de Doctor en Optometría (OD, en inglés). Los optometristas pueden hacer exámenes de los ojos, indicar anteojos y lentes de contacto, diagnosticar enfermedades, indicar medicamentos para tratar ciertos problemas y enfermedades de los ojos y también pueden brindar atención pre y post operatoria cuando un oftalmólogo hace una cirugía en los ojos.

Un oftalmólogo es un médico (MD, en inglés) o médico osteópata (DO, en inglés). Los oftalmólogos están capacitados para hacer exámenes de ojos, escribir recetas médicas para anteojos y lentes de contacto, diagnosticar y tratar enfermedades, indicar medicamentos y hacer cirugías en los ojos.



Conozca estos niveles relacionados con la diabetes en su cuerpo para proteger la salud de sus ojos

A1C:

Maneje la glucosa en la sangre. Controle el nivel de A1C cada 6 meses.

PRESIÓN ARTERIAL:

Maneje su presión arterial para proteger el corazón, los riñones y la salud de los ojos.

COLESTEROL:

Maneje sus niveles de colesterol.

NO FUME:

No empiece a fumar, y si fuma, deje de hacerlo.

OJOS:

Hágase un examen completo de los ojos con dilatación de la pupila anualmente.

Para obtener más información:

Visite la siguiente página web para obtener más información sobre enfermedad ocular relacionada con la diabetes, información de seguro de salud, información sobre asistencia financiera y opciones de vida saludable para disminuir sus probabilidades de sufrir enfermedades en los ojos:

La diabetes y sus ojos – Recursos

www.preventblindness.org/diabetes



Hecha posible con fondos de Regeneron

REGENERON
SCIENCE TO MEDICINE®