



**Prevent
Blindness**
Our Vision Is Vision.

Diabetes: ¡Se el héroe de la vista de tu hijo(a) adolescente!

¡Si tu hijo(a) adolescente tiene diabetes, es importante que se hagan su examen de la vista anual!

¿Cuándo debería tu hijo(a) adolescente de hacerse su primer examen anual de dilatación ocular?

Las enfermedades de los ojos pueden desarrollarse con el tiempo al vivir con diabetes, especialmente en las poblaciones afroamericanas e hispanas.



TIPO 1:
3 a 5 años
después de ser
diagnosticado^{1,2}

TIPO 2:
cuando seas
diagnosticado o
poco después^{1,2}

Después anualmente o como
lo recomienda tu oculista

¿Qué es un examen de dilatación?

La dilatación de los ojos se hace usando gotas que abren la parte de enfrente de tus ojos, llamada pupila. Esto le permite al oculista ver la parte de atrás del ojo.



¡Haz una cita para el examen de la vista de tu adolescente hoy mismo!
Es importante que los padres de adolescentes viviendo con diabetes sepan que las enfermedades oculares son comunes.



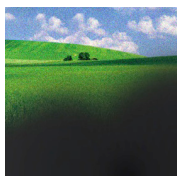
¿No estás seguro de como encontrar un oculista?
[PreventBlindness.org/
find-an-eye-doctor](https://www.PreventBlindness.org/find-an-eye-doctor)

Habla con tu hijo(a) adolescente de los síntomas a los que hay que prestar atención

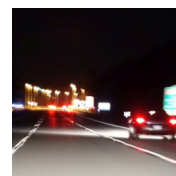
En las primeras etapas de la enfermedad de los ojos, tu hijo(a) adolescente con diabetes tal vez no note cambios en su vista.



Aumento repentino de moscas flotantes



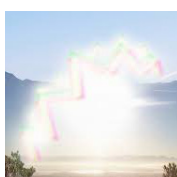
Sombras o áreas de visión perdidas



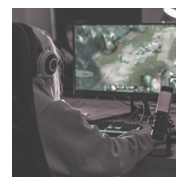
Dificultad viendo en la noche



Visión borrosa



Destellos de luces



Colores que parecen descoloridos

5 Maneras Simples de Proteger la Vista de tu Hijo(a) Adolescente de la Diabetes



Agenda su primer examen anual de dilatación ocular



Mantente al tanto de su cuidado preventivo-especialmente de la glucosa en su sangre



Haz que el movimiento sea divertido



Haz comidas saludables con en familia



Se un buen ejemplo a seguir- no fumes

Habla con tu hijo(a) adolescente

Esto puede ayudar a tener una tranquila transición de la atención médica pediátrica a la atención médica para adultos. Deja que tu hijo(a) adolescente exprese sus ideas primero y demuestra apreciación por sus pensamientos. Aquí hay unos ejemplos que pueden ayudar:

¿Cuándo podrías tomar la iniciativa de manejar tu atención medica?

Si tienes preguntas en cuanto a tu diabetes y cuidado de tus ojos, ¿sabes a quien le puedes preguntar?



¿Sabes los pasos para hacer una cita con tu medico?

¿Qué te gustaría aprender de tu cuidado de tu diabetes?

Patrocinado por



Referencias:

1. Preferred Practice Pattern Retina/Vitreous Committee et al (2025). American Academy of Ophthalmology Diabetic Retinopathy Preferred Practice Pattern®. Ophthalmology, Volume 132, Issue 4, P75 - P162. [https://www.aaojournal.org/article/S0161-6420\(24\)00784-X/fulltext](https://www.aaojournal.org/article/S0161-6420(24)00784-X/fulltext).
2. American Diabetes Association Professional Practice Committee (2025). 14. Children and Adolescents: Standards of Care in Diabetes—2026. Diabetes Care 2026;49(Supplement_1):S297–S320. <https://doi.org/10.2337/dc26-S014>.