



**DIA**

**MUNDIAL DO  
DIABETES**

**2002**

**14 NOV**

# Dicas de Prevenção de Retinopatia Diabética

- Consulte um oftalmologista no mínimo uma vez por ano. Se seu diabetes está bem controlado, sua visão está normal e você não tem sinais de complicações, esta frequência em geral é suficiente. Converse com seu endocrinologista a respeito.
- Mantenha sob controle os níveis de açúcar no sangue e a pressão sanguínea. Pesquisas comprovam que estas medidas podem reduzir em 76% o risco de desenvolver doenças da visão.
- Ao consultar um oftalmologista, informe-o de que você é um paciente diabético. Especialmente se sua visão está turva; se enxerga mal, com manchas; se é míope e esta alteração aumenta.
- É importante que seus olhos sejam examinados por alguém treinado, já que depois de muitos anos o diabetes pode afetar a parte posterior do olho (a retina). Os exames de rotina têm o objetivo de detectar o problema num estágio inicial, em que possa ser efetivamente tratado.



**Sociedade Brasileira de Diabetes**

Av. Paulista, 2073, Ed. Horsa 1, 21º andar, conj. 2123,  
São Paulo, SP, Cep 01311-300, tel. (11) 289-2941, [diabetes@alternex.com.br](mailto:diabetes@alternex.com.br), [www.diabetes.org.br](http://www.diabetes.org.br)

O Dia Mundial do Diabetes é co-patrocinado pela International Diabetes Federation e Organização Mundial de Saúde.

