



# Folheto de Informações sobre Retinopatia Diabética

## O que é Retinopatia Diabética?

A retinopatia diabética é um problema ocular comum que pode ocorrer em pessoas que têm diabetes há muito tempo. Às vezes, é chamada de "diabetes nos olhos". O alto nível de açúcar no sangue danifica lentamente os pequenos vasos sanguíneos na parte posterior do olho, em uma parte chamada retina. Com o tempo, novos vasos sanguíneos não saudáveis podem crescer, ou parte da sua retina pode inchar, piorando sua visão. Sem tratamento, isso pode levar a problemas graves de visão.

## Quem está em risco?

Qualquer pessoa com diabetes Tipo 1 ou Tipo 2 pode desenvolver retinopatia diabética. Seu risco é maior se você:

- Tem diabetes há muitos anos
- Tem dificuldade em manter seu açúcar no sangue em níveis saudáveis
- Tem pressão alta ou colesterol alto
- Está grávida
- Fuma cigarros

## Quais são os sintomas?

Você pode não notar nenhum sintoma nos estágios iniciais. À medida que a doença piora, você pode apresentar:

- Visão embaçada ou variável
- Manchas ou flutuadores na visão
- Áreas escuras ou ausentes na sua visão
- Dificuldade para ver à noite

Como a perda de visão pode ocorrer lentamente e sem dor, é importante fazer exames regulares dos olhos.



## Como é diagnosticada?

Um oftalmologista verifica a retinopatia diabética usando:

- Um exame completo, incluindo dilatação para observar a retina na parte posterior do olho
- Um exame para verificar o inchaço na parte posterior do olho
- Seu oftalmologista também pode tirar fotos ou usar uma imagem especial para verificar os vasos sanguíneos

## Opções de Tratamento

Pode ser que você não precise de tratamento nos estágios iniciais, apenas de um bom controle do nível de açúcar no sangue e exames regulares nos olhos. Se a condição piorar, seu médico pode recomendar:

- Injeções oculares para reduzir o inchaço e evitar o crescimento de novos vasos sanguíneos não saudáveis
- Tratamentos a laser para impedir o crescimento de vasos sanguíneos não saudáveis
- Cirurgia para remover sangue ou tecido cicatricial caso tenha ocorrido sangramento dentro do olho

## Vivendo com Retinopatia Diabética

- Trabalhe com sua equipe de saúde para controlar o diabetes e outros fatores de risco como pressão arterial e colesterol
- Faça exames oftalmológicos anuais, mesmo que consiga enxergar bem
- Entre em contato com seu oftalmologista se sua visão mudar

## Perguntas Frequentes

Q: A retinopatia diabética pode ser revertida?

A: Mudanças iniciais podem, às vezes, melhorar com melhor controle do nível de açúcar no sangue. Estágios mais avançados podem necessitar de tratamento para evitar o agravamento dos danos.

Q: Ficarei cego?



A: Se não for tratada, pode causar perda severa de visão. Mas com cuidado precoce, muitas pessoas mantêm uma boa visão.

Q: Posso prevenir isso?

A: Sim, mantendo o diabetes sob controle, não fumando e realizando um exame oftalmológico completo todos os anos.

Este documento foi revisado pelo Dr. Steve Arshinoff.