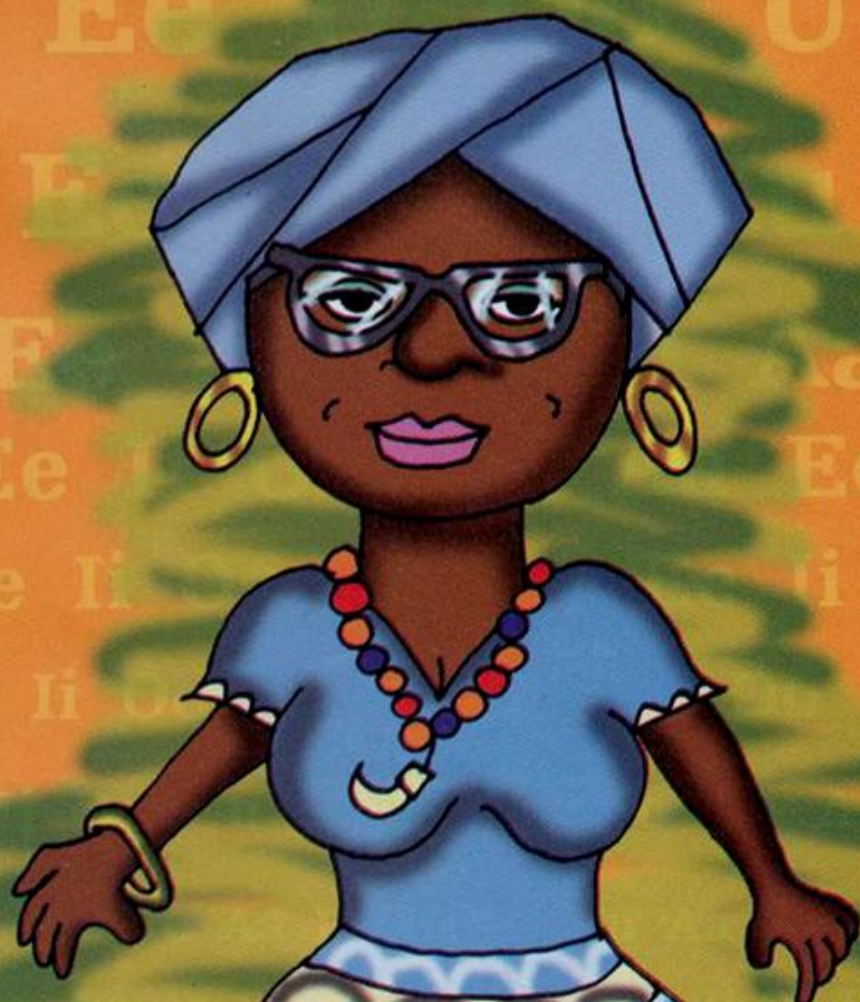


GOVERNO DO ESTADO DA BAHIA
SECRETARIA DA SAÚDE DO ESTADO DA BAHIA
CENTRO DE DIABETES E ENDOCRINOLOGIA DA BAHIA

SEUS OLHOS E O DIABETES



**GOVERNO DO ESTADO DA BAHIA
SECRETARIA DA SAÚDE DO ESTADO DA BAHIA
CENTRO DE DIABETES E ENDOCRINOLOGIA DA BAHIA**

SEUS OLHOS E O DIABETES

**Salvador
2002**

Governo do Estado da Bahia

Jacques Wagner

Secretário de Saúde do Estado da Bahia

Jorge José Santos Pereira Solla

Superintendência de Atenção Integral à Saúde

Alfredo Boa Sorte

Diretoria de Gestão do Cuidado

Débora Carmo

Coordenação de Rede de Cuidados Especializados

Luana da Silveira

Diretoria do Centro de Diabetes e Endocrinologia do Estado da Bahia

Reine Marie Chaves Fonseca

Equipe Técnica:

Elaboração do Texto: Paulo Maciel Fernandes Filho

Ilustrações: André Luiz Santos Souza

Projeto Gráfico: Manoel Guimarães

Colaboradores:

Maria das Graças Velanes de Faria

Odelisa Silva de Mattos

Reine Marie Chaves Fonseca

Seus olhos e o diabetes

Salvador: SESAB / CEDEBA, 2002

I. Diabetes - Olhos

CDU: 616.379008-64

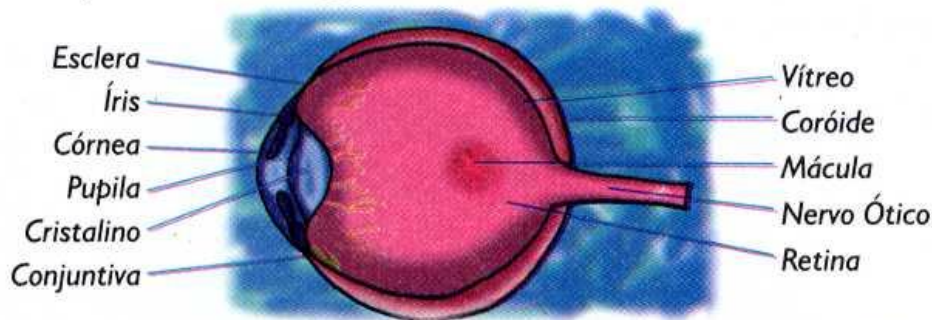
Introdução	05
Como funciona o <u>nosso olho</u> ?	07
Quais as complicações mais freqüentes do olho do diabético ?	07
Quem pode desenvolver complicações nos olhos ?	08
Quais os sintomas dos problemas oculares no <u>diabético</u> ?	08
Quais são os fatores de risco para os problemas oculares no <u>diabético</u> ?	09
Como tratar as alterações do olho no <u>diabético</u> ?	10
Como prevenir as complicações do olho no <u>diabético</u> ?	10
Prevenindo as complicações <u>oculares</u>	11
Recomendações para os exames dos olhos nos <u>diabéticos</u>	12
Referências bibliográficas	13

O diabetes é a causa mais freqüente de cegueira e deficiências visuais em adultos nos países desenvolvidos. As causas mais freqüentes de baixa de visão no diabetes são a retinopatia diabética, o edema macular e a catarata.

Aproximadamente 2% de todas as pessoas que apresentem diabetes durante 15 anos ficam cegas, enquanto uns 10% desenvolvem graves deficiências visuais.

Através dos cuidados adequados estes problemas podem ser evitados ou tratados.

Os nossos olhos funcionam de modo parecido com uma máquina fotográfica. A luz entra através da **córnea**, passa pela **pupila** e avança através do **crystalino** que finalmente focaliza os raios de luz e produz imagens claras e definidas sobre a retina, que se encontra no fundo do olho. A retina envia as informações das imagens para o cérebro e assim podemos enxergar o mundo.



QUAIS AS COMPLICAÇÕES MAIS FREQUENTES DO OLHO DO DIABÉTICO ?

► RETINOPATIA DIABÉTICA

É uma doença que acontece em pessoas com diabetes prejudicando os vasos sanguíneos da parte interna do olho, chamada de **RETINA** ou fundo de olho. Ocorre alteração da circulação do sangue, surgindo hemorragias e acúmulo de gordura e líquidos na retina, podendo levar a descolamento da retina. Estas alterações, no **OLHO DO DIABÉTICO** causam **DIMINUIÇÃO DA VISÃO**, podendo chegar à cegueira.

► EDEMA DE MÁCULA

É uma alteração do olho causada pelo o acúmulo de gordura e/ou de líquido na mácula (a parte da retina responsável pela visão de detalhes), que pode levar **DIMINUIÇÃO** da **VISÃO** de forma importante, **sem** causar cegueira total.

► CATARATA

É uma alteração do cristalino (lente natural que está dentro do olho), que leva a diminuição da visão e se não for tratada pode causar cegueira. A catarata não acontece apenas em diabéticos, mas é mais frequente nestes.

A retinopatia diabética é a complicação do olho mais preocupante para o diabético

Qualquer diabético pode desenvolver complicações nos olhos. O **DIABETES MAL CONTROLADO** E A **PRESSÃO ARTERIAL ALTA** podem piorar a doença. Pode ocorrer no **DIABETES TIPO 1** (crianças e adolescentes) depois de 5 anos do diagnóstico e no **DIABETES TIPO 2** pode estar presente no momento da descoberta do diabetes. Quanto mais tempo de diabetes, maior o risco de se ter complicações nos olhos.



QUAIS OS SINTOMAS DOS PROBLEMAS OCULARES NO DIABÉTICO ?



No início ...

Não percebemos nenhuma alteração.
Continuamos enxergando bem



Com o passar dos anos....

A visão começa a **DIMINUIR** e passamos a ter dificuldade cada vez maior de enxergar.

Se não for tratada a tempo, pode piorar até levar à **cegueira**.

A depender do tipo, esta cegueira pode ser tratada.



QUAIS SÃO OS FATORES DE RISCO PARA OS PROBLEMAS DOS OLHOS NO DIABÉTICO?

- ▶ Açúcar alto no sangue
- ▶ Colesterol e triglicerídeos altos no sangue
- ▶ Anemia



- ▶ Pressão arterial alta

- ▶ Uso de cigarro



- ▶ Gravidez

- ▶ Duração do diabetes

PREVINA-SE!

A cegueira pode ser evitada.

Ter o **DIABETES BEM CONTROLADO**

é a melhor maneira de evitar as complicações para os seus olhos.

Faça a sua parte.

COMO TRATAR AS ALTERAÇÕES DO OLHO NO DIABÉTICO ?

O tratamento só é feito pelo médico especialista em doenças dos olhos (**oftalmologista**) através de:

- ▶ Cirurgia da Catarata
- ▶ Cirurgia da Retina a Laser
- ▶ Vitrectomia



Quando mais cedo as alterações do olho no diabético forem diagnosticadas maior será a chance de recuperação.

ATENÇÃO

COMO PREVENIR AS COMPLICAÇÕES DO OLHO NO DIABÉTICO ?



- ▶ **Controlar a pressão arterial**
menor que 130 x 85mm/Hg

- ▶ **Controlar o açúcar no sangue**
menor que 110mg/dl e
- ▶ **Controlar o colesterol no sangue**
Menor que 200mg/dl





Fazer consulta com o oftalmologista (médico que cuida de seus olhos) uma vez por ano e examinar o FUNDO do OLHO com a pupila dilatada.

Alimentação saudável

► Dar preferência a frutas, aves e peixe sem pele, legumes e verduras, óleos vegetais, carnes magras e queijos brancos

► Evitar frituras, miúdos, doces, gemas de ovos, carnes gordas e bolos



Fazer atividade física



Fazer controle de peso



Evitar o estresse



Não fumar



Tomando todos estes cuidados o olho do diabético poderá continuar saudável !

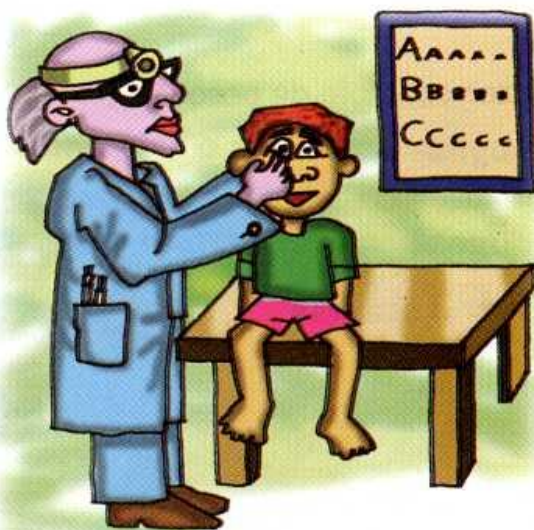
RECOMENDAÇÕES PARA OS EXAMES DOS OLHOS NOS DIABÉTICOS

- ▶ Se você tiver diabetes **Tipo 1** ▶ deve fazer exame dos olhos após cinco anos de doença, e a partir daí anualmente.
- ▶ Se você tiver diabetes **Tipo 2** ▶ deve fazer exame dos olhos logo que descubra a doença, e a partir daí anualmente.



- ▶ Se for ficar grávida faça exame dos olhos **antes** de engravidar.
- ▶ Se ficar grávida sem programar faça exame dos olhos **assim que descobrir** a gravidez.
- ▶ A grávida deve fazer exame oftalmológico **a cada três meses**, ou em menos tempo se for recomendado pelo médico.

- ▶ Seu oftalmologista deve fazer exame do fundo de olho com dilatação da pupila e deve enviar relatório do exame para ser entregue ao médico clínico.
- ▶ O exame dos olhos deve ser repetido a **cada ano**, ou antes se assim for orientado pelo médico.



CUIDE-SE!

Você também é responsável pela sua saúde. ajude a equipe de saúde a cuidar de você.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Benson W. Diabetic Retinopathy. In Tasman W, Jaeger E, editors. Duane's Clinical Ophthalmology. Hagerstown: Lippincott Williams & Wilkins, 2002: vol 3, Chap 30.
2. Frank R. Etiologic mechanisms in diabetic Retinopathy. In Ryan S, editor. Retina. 1994: vol 2, Chap 73.
3. Bresnick G. Nonproliferative diabetic
4. retinopathy. In Ryan S, editor. Retina. 1994:vol 2, chap. 74.
5. Davis M. Proliferative diabetic retinopathy. In Ryan S, editor. Retina. 1994: vol 2, chap 75.
6. International Diabetes Federation- www.idf.org
7. World Health Organization- www.who.int/en/
8. Sociedade Brasileira de Diabetes- www.diabetes.org.br/

Distribuição & Informação

CAE - Prof. José Maria de Magalhães Neto

Centro de Diabetes e Endocrinologia da Bahia

Av. ACM s/n, 3º andar - Pituba - Salvador - Ba

CEP: 40.275-350

Tel.: 71 354-3164 / 353-7463 / 3298

e-mail: cedeba@yahoo.com.br

Ii Oo Uu
Ee Ii Oo Uu
Ee Ii Oo Uu
Aa Ee Ii Oo Uu
Aa Ee Ii Oo Uu
Ju Aa Ee Ii Oo Uu
o Uu Aa Ee Ii Oo Uu
Ii Oo Uu Aa Ee Ii Oo Uu
Ee Ii Oo Uu Aa Ee Ii Oo Uu



Ee Ii Oo Uu Aa Ee Ii Oo Uu Aa Ee Ii Oo Uu
Uu Aa Ee Ii Oo Uu Aa Ee Ii Oo Uu Aa Ee Ii Oo Uu