



Un paciente realiza una prueba de fondo de ojo.

## OFTALMOLOGÍA LA PREVENCIÓN ES CLAVE

# La campaña 'Diabetes y salud ocular' conciencia de la importancia del EMD

### ■ Sandra Guijarro

La Federación de Diabéticos Españoles (FEDE), en colaboración con Novartis, ha lanzado la campaña *Diabetes y salud ocular*, que se ha desarrollado en la plaza Felipe II de Madrid.

Esta propuesta ha permitido a los ciudadanos que lo han deseado, analizar su retina para prevenir el edema macular diabético, (EMD) principal causa de ceguera en España, e informarse sobre las causas de esta dolencia y las formas de prevenirlo.

"La diabetes es una de las grandes enfermedades universales. En España afecta al menos a cinco millones de personas, de las cuales cerca del seis por ciento padecen EMD", ha explicado Carlos Cortés, jefe del departamento de oftalmología del Hospital General Universitario Gregorio Marañón,

"Con esta campaña tratamos de concienciar a la población, especialmente a los diabéticos y su entorno, de la importancia que tiene la prevención y la detección precoz. Para ello insistimos en que acudan

a su oftalmólogo en cuanto sientan algún tipo de anomalía, ya que de esta forma permitirán que los médicos reconozcan cuanto antes cualquier pérdida de visión relacionada con el EMD y puedan tratarla y retrasar su desarrollo", ha señalado. Los síntomas más precoces son la mala visión nocturna, la dificultad para recuperarse de los estímulos brillantes y la disminución de la visión del color. Estas complicaciones provocan una considerable reducción de la agudeza visual y visión borrosa.

### Alimentación sana

Cortés ha hecho especial hincapié en la importancia de una buena alimentación para evitar el desarrollo de la EMD. "Una dieta sana y equilibrada rica en antioxidantes y baja en glucosa es clave para retrasar su desarrollo y evitar que desemboque en una ceguera". Durante la campaña se ha puesto a disposición del público un receptario con consejos alimenticios y platos sencillos aptos para diabéticos..