



# ¿CONOCES LAS COMPLICACIONES CRÓNICAS DE LA DIABETES?

*Prevén las complicaciones de la diabetes siguiendo tus recomendaciones nutricionales, de actividad física y tratamiento con medicamentos.*

***Además, ten en cuenta:***



# 1

## Retinopatía diabética

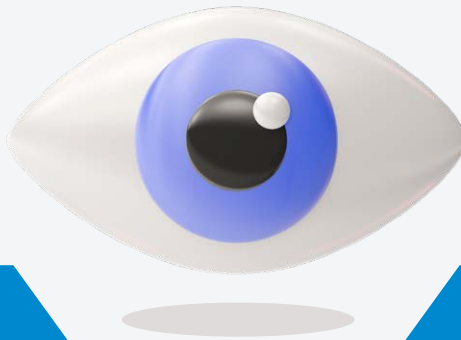
**Es el daño a los vasos sanguíneos de la retina.** En general afecta a los dos ojos y puede causar ceguera.

### Algunos síntomas

- *Visión borrosa.*
- *Puntos o manchas en el campo visual.*
- *Sombras o áreas de visión perdidas.*
- *Dificultad para ver en la noche.*

### ¿Cómo prevenirla?

- *Mantén el azúcar en la sangre en un rango estable para tu bienestar.*
- *Hazte un examen de ojos con dilatación por lo menos una vez al año.*



# 2

## Nefropatía diabética

**El riñón empieza a afectarse** y deja pasar a la orina proteínas como la albúmina. Este daño puede empezar a suceder, sin síntomas, desde varios años antes, de ahí la importancia de asistir a tus controles.

**Detectado a tiempo puede ser reversible.**



### Algunos síntomas

- *Disminución de la cantidad de orina.*
- *En general es asintomática hasta que se produce un daño importante en el riñón.*

### ¿Cómo prevenirla?

- *Asiste a tus controles y realízate los exámenes ordenados.*
- *Mantén tus niveles de azúcar en sangre óptimos.*

# 3

## Neuropatía diabética

Puede generar problemas en diferentes nervios de las extremidades superiores e inferiores, cabeza, torso y órganos como el corazón, vejiga, estómago, intestinos, sexuales y ojos.



### Algunos síntomas

- *Hormigueo, dolor y entumecimiento.*
- *Acidez gástrica, distensión abdominal, náuseas, dificultad para tragar.*
- *Mareos, frecuencia cardiaca acelerada, baja presión arterial.*

### ¿Cómo prevenirla?

- *Mantén los niveles de azúcar en sangre cerca de tus valores deseados.*

ENTRE TANTAS PRIORIDADES,  
TÚ ERES LA PRIMERA

[vivemas.segurossura.com.co](http://vivemas.segurossura.com.co)

