

Sexta-Feira, 19 de Junho de 2026

Diabetes e perda de visão: a importância do diagnóstico precoce

O diabetes é uma doença crônica que afeta milhões de pessoas em todo o mundo e, quando não é devidamente controlada, pode trazer diversas complicações à saúde. Uma das mais importantes e, muitas vezes, silenciosas, é a perda de visão.

A principal causa dessa perda visual é a retinopatia diabética, uma complicação que ocorre quando os níveis elevados de glicose danificam os vasos sanguíneos da retina — a camada responsável pela formação das imagens que enxergamos. No início, a pessoa pode não sentir nada, mas, com o tempo, podem surgir sintomas como visão embaçada, manchas escuras ou dificuldade para enxergar à noite.

Além da retinopatia, o diabetes aumenta o risco de outras doenças oculares, como o edema macular diabético (acúmulo de líquido na mácula, parte central da retina), o glaucoma e a catarata, que também podem prejudicar a visão de forma irreversível.

A boa notícia é que essas complicações podem ser prevenidas ou controladas com o diagnóstico precoce e o tratamento adequado. Manter os níveis de glicose, colesterol e pressão arterial sob controle, adotar hábitos saudáveis e, principalmente, realizar exames oftalmológicos regulares são medidas fundamentais para proteger a saúde ocular.

É essencial que pessoas com diabetes façam consultas de rotina com o oftalmologista ao menos uma vez por ano, mesmo que não sintam alterações na visão. Assim, é possível identificar sinais precoces de danos na retina e iniciar o tratamento o quanto antes, preservando a qualidade de vida e a autonomia.

Cuidar do diabetes vai muito além do controle da glicemia. É uma forma de proteger também um dos sentidos mais preciosos que temos: a nossa visão.

Dra. Mariana Ramos é médica endocrinologista na Fetal Care, em Cuiabá (MT)