

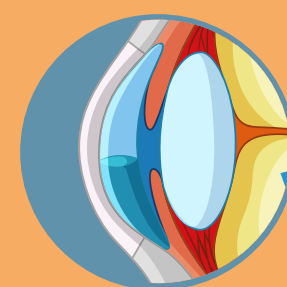
12 DE MARZO DÍA MUNDIAL DEL

# GLAUCOMA

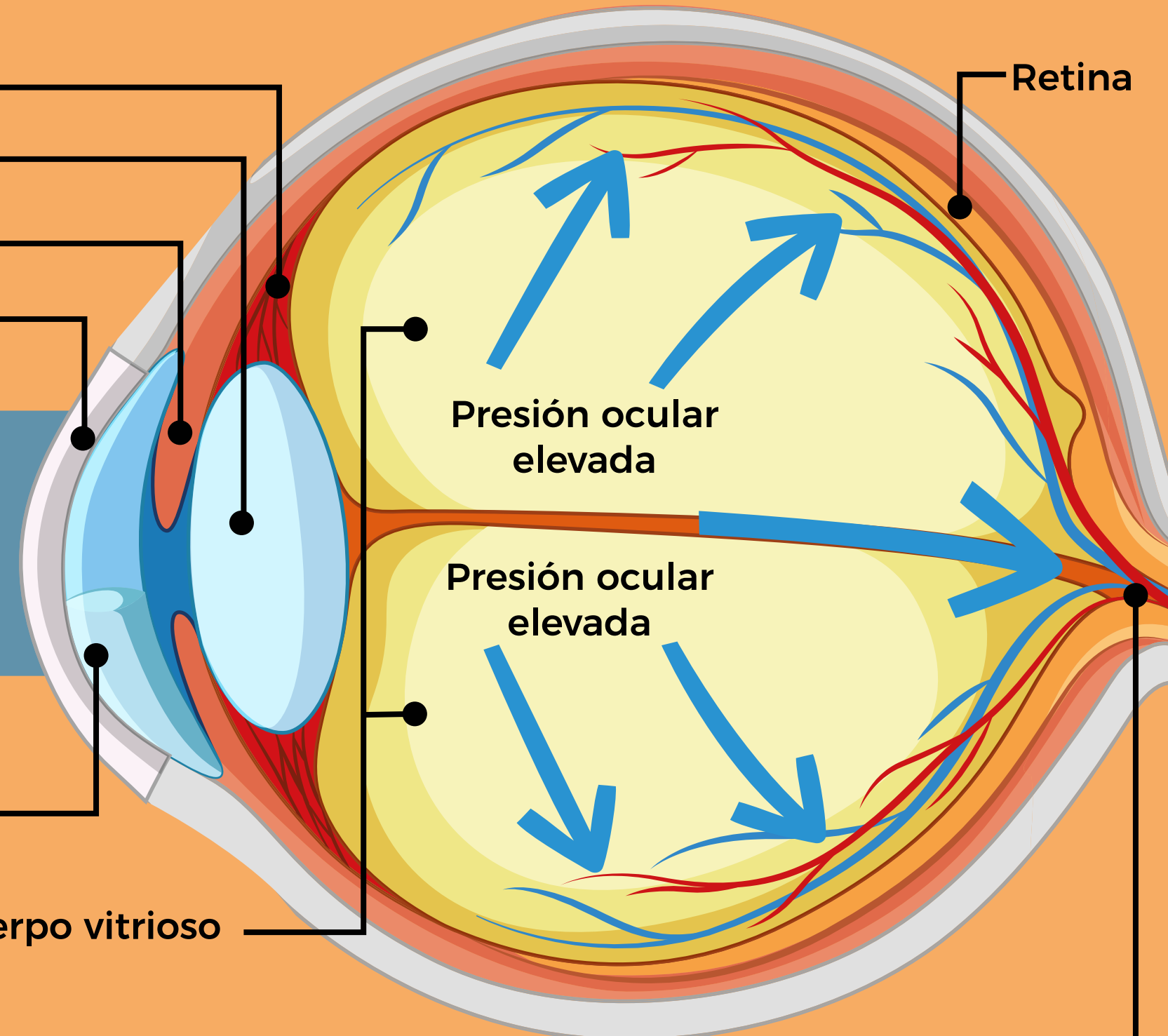
Es una enfermedad que puede pasar inadvertida, es causada por la acumulación del humor acuoso (fluido interno del ojo), que ocasiona el aumento de la presión ocular, provocando daño al nervio óptico. Si no se recibe tratamiento oportuno su consecuencia más grave es la discapacidad visual (ceguera).

## Factores de riesgo:

- Antecedentes familiares de glaucoma.
- Mayor incidencia a partir de los 40 años.
- Padecer diabetes y otras enfermedades cardiovasculares.
- Padecer hipertensión (presión arterial elevada).



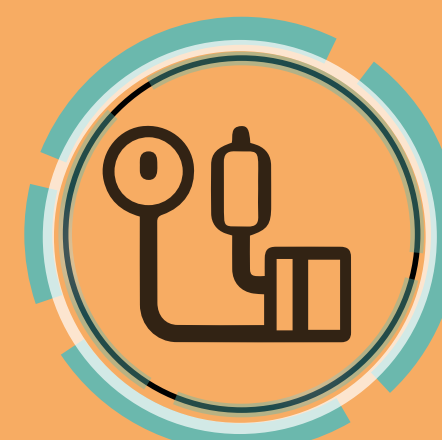
Humor acuoso estancado



## 5 consejos para prevenir el glaucoma:



Consumir frutas y verduras ricas en vitamina A. Evitar ingerir azúcares, cafeína y grasas.



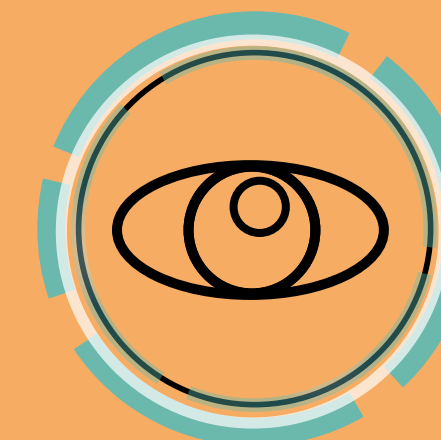
Controlar la presión arterial.



Realizar actividad física diaria.



Controlar el nivel de glucosa en la sangre.



Acudir al servicio de oftalmología una vez al año.

**¡UN DIAGNÓSTICO OPORTUNO PUEDE SALVAR SU VISTA!**



**DIGASAN**  
CONTIGO  
¡CUIDANDO TU SALUD!

