



Pérdida de la vista y diabetes

Cómo detectar y tratar la pérdida de la vista por ojo diabético

Los ojos pueden ser ventanas al alma, pero para las personas con diabetes, mirar muy profundo en la retina también puede revelar una enfermedad ocular relacionada con la diabetes.

Dos de los tipos más comunes de pérdida de la vista relacionados con la diabetes son el edema macular y la retinopatía. Ambos se clasifican como una enfermedad ocular diabética, que incluye todos los cambios retinianos causados por la diabetes. La diabetes también puede aumentar sus probabilidades de tener otras afecciones oculares, como cataratas y glaucoma.

La buena noticia: los avances en las pruebas están detectando problemas antes de que ocurran cambios retinianos graves. Este es un paso importante ya que el daño ocular puede no tener síntomas al principio. Y si ya tiene una enfermedad ocular relacionada con la diabetes, los avances en el tratamiento pueden salvarle la vista.

Cómo se afecta el ojo

La estructura del ojo es como una cámara. La luz pasa a través de las lentes frontales transparentes, como a través de las lentes de una cámara, hasta que llega a la pared posterior del ojo. Esta pared contiene una pieza muy delgada de tejido sensible a la luz: la retina.

La diabetes puede dañar los pequeños vasos sanguíneos que nutren la retina. El daño puede hacer que los vasos sanguíneos goteen, como una manguera con agujeros. El líquido se escapa de los vasos sanguíneos al tejido de la retina, lo que puede causar problemas de visión. Esto hace que la retina se vuelva más gruesa, creando una visión borrosa. La hinchazón asociada con la diabetes en la mácula, la parte central del ojo responsable de mirar al frente, se llama edema macular diabético.

En otro proceso, los vasos sanguíneos dañados por altos niveles de azúcar en sangre (glucosa en sangre) se cierran y comienzan una serie de eventos. El tejido retiniano hambriento produce crecimiento, lo que hace que se formen nuevos vasos sanguíneos en la superficie de la retina. Cuando se forman los nuevos vasos sanguíneos, se denomina retinopatía proliferativa.

Estos nuevos vasos sanguíneos son débiles y pueden romperse y sangrar fácilmente. Esto produce tejido nuevo para cicatrizar, que puede acumularse en la pared posterior del ojo y estirar la retina, separándola finalmente de la parte posterior del ojo. Esta condición se conoce como desprendimiento de retina y puede ocurrir repentina o lentamente con el tiempo.

lo cual significa que usted puede tener una vista de 20/20 y aún así padecer retinopatía diabética. Algunos de los síntomas tempranos incluyen:

- Vista borrosa
- Dificultad para ver en la noche
- Ver doble

- Vista borrosa en solamente un ojo
- Ojos rojos o con dolor
- Ver puntos o cosas flotando
- Pérdida de visión periférica

Por eso es importante que las personas con diabetes se realicen exámenes de dilatación de los ojos al menos una vez al año o con más frecuencia si tiene un problema. Controlar su diabetes, manteniéndose físicamente activo, comiendo saludablemente y tomando sus medicamentos, también puede ayudarle a prevenir o retrasar la pérdida de la vista.

Qué debe esperar de un examen del ojo

Su oftalmólogo (médico de los ojos) primero verificará si hay algún cambio en la prescripción de sus anteojos o lentes de contacto. Las personas con muchos problemas de visión relacionados con la diabetes aún pueden usar lentes de contacto.

Luego, el médico dilatará sus pupilas y examinará la retina. Las gotas utilizadas pueden picar durante un tiempo breve. Aproximadamente 20 a 30 minutos después, sus ojos estarán completamente dilatados. El médico examinará visualmente su retina usando lentes y luces especiales.

Para detectar la retinopatía, el médico examina todos los tejidos de la retina. El médico examina la mácula en la parte posterior del ojo en busca de signos de edema macular, pero esto puede no ser suficiente para un diagnóstico. Su médico puede realizar una tomografía de coherencia óptica (OCT), que es un examen con láser de la parte posterior del ojo. Si bien la retina es muy delgada, la prueba puede medir el engrosamiento de la retina por hasta milésimas de milímetro.

Una angiografía con fluoresceína es una prueba que puede detectar la retinopatía diabética. Durante la prueba, se le inyecta un tinte en su brazo. En 45 segundos, el tinte llega a la parte posterior del ojo. Así como la sangre se filtra de los vasos sanguíneos débiles, también lo hace el tinte. Los resultados se documentan con fotografías especiales.

Si tiene diabetes y visita a su médico por visión borrosa, puede esperar hacerse algunas de estas u otras pruebas. Su médico también buscará cataratas (opacidad del cristalino del ojo) y glaucoma (presión alta en el ojo), que son más comunes en personas con diabetes. El glaucoma puede desarrollarse cuando crecen vasos sanguíneos anormales en el iris, la parte coloreada del ojo, debido a la retinopatía proliferativa.

Cuáles tratamientos disponibles existen

Si su retinopatía diabética es moderada y estable, es posible que el tratamiento no sea necesario de inmediato. Los exámenes regulares con dilatación de los ojos pueden rastrear la progresión de la enfermedad y controlar el nivel de azúcar en la sangre puede evitar que empeore. Si su visión ya está afectada, es importante comenzar el tratamiento de inmediato.

Los tratamientos para el edema macular y la retinopatía proliferativa pueden prevenir la pérdida de visión e incluso restaurar parte de la visión perdida. Estos tratamientos incluyen:

- El tratamiento antifactor de crecimiento endotelial vascular (anti-VEGF), que involucra inyectar fármacos en el ojo para detener el goteo de los vasos sanguíneos

- Esteroides para reducir la hinchazón de la retina
- Fotocoagulación (terapia láser) para sellar los vasos sanguíneos
- Vitrectomía, una cirugía para remover tejido de cicatriz y líquido turbio del interior del ojo

Lo que depara el futuro

Los científicos están estudiando mejores maneras de encontrar, tratar y prevenir la pérdida de la visión en personas con diabetes.

Cuanto más tiempo haya tenido diabetes, más probabilidades tendrá de tener retinopatía y es un problema común. Pero si mantiene sus niveles de azúcar de la sangre en sus niveles meta, puede retrasarlo o incluso prevenirlo. Generalmente no tendrá síntomas hasta que haya desarrollado el problema, así que hágase exámenes de la vista con regularidad. Estas nuevas pruebas y tratamientos ayudarán a abordar los problemas de manera temprana.

Aprenda más sobre [salud ocular y pérdida de la vista por diabetes](#).