

COMPLICACIONES CRÓNICAS DE LA DIABETES MELLITUS

Complicaciones crónicas de la diabetes mellitus (II). Retinopatía y otros problemas oculares

INFORMACIÓN PARA PACIENTES

Rafael Simó. Servicio de Endocrinología y Nutrición. Hospital Universitario Vall d'Hebron. Barcelona.

Cristina Hernández. Servicio de Endocrinología y Nutrición. Hospital Universitario Vall d'Hebron. Barcelona.

¿Qué es la retinopatía diabética?

La retinopatía diabética es una afección de la retina que puede causar pérdida de visión y ceguera en personas con diabetes.

Si usted tiene diabetes, es importante que se haga un examen de fondo de ojo al menos cada dos años. Al principio, la retinopatía diabética no produce síntomas, por ello detectarla temprano es muy útil para tomar las medidas necesarias para proteger su visión.

Otros tipos de enfermedad ocular diabética

La retinopatía diabética es la causa más común de pérdida de visión en personas con diabetes. Sin embargo, la diabetes también puede aumentar la probabilidad de desarrollar otras enfermedades de los ojos:

- **Cataratas.** Tener diabetes lo hace de 2 veces más propenso a desarrollar cataratas. También hace que sea más probable que aparezcan a una edad más temprana.
- **Glaucoma.** Tener diabetes casi duplica el riesgo de desarrollar un tipo de glaucoma conocido como glaucoma de ángulo abierto.

¿Cuáles son los síntomas de la retinopatía diabética?

Las primeras etapas de la retinopatía diabética no presentan síntomas.

En las etapas avanzadas de la enfermedad, se pueden formar nuevos vasos sanguíneos (**Retinopatía Diabética Proliferativa**). Estos vasos son frágiles, se rompen con facilidad y sangran en el vítreo (un fluido con la consistencia de gel situado en el centro del ojo). Si esto sucede, es posible que vea manchas oscuras flotantes o líneas que parecen telarañas. Algunas veces, las manchas desaparecen por sí solas, pero es importante recibir tratamiento de inmediato. Sin tratamiento, el sangrado puede volver a ocurrir, empeorar o provocar cicatrices.

En fases avanzadas también se puede producir el **Edema Macular Diabético** (EMD). EL EMD se produce porque los vasos sanguíneos de la retina dejan de ser impermeables y se producen fugas de líquido vascular hacia la mácula (una parte de la retina). Si tiene EMD, verá borroso debido al exceso de fluido en la mácula.

La retinopatía diabética en fases avanzadas puede causar las siguientes complicaciones oculares graves:

- **Glaucoma neovascular.** La retinopatía diabética proliferativa puede hacer que los vasos sanguíneos anormales crezcan fuera de la retina y bloqueen el drenaje del líquido del ojo. Esto causa un tipo de glaucoma.
- **Desprendimiento de la retina.** La retinopatía diabética proliferativa puede hacer que se formen cicatrices en la parte posterior del ojo. Estas cicatrices traccionan la retina y provocan que la retina se despegue de la parte posterior del ojo, se

conoce como desprendimiento de la retina por tracción.

¿Corro riesgo de desarrollar retinopatía diabética?

Cualquier persona con cualquier tipo de diabetes puede desarrollar retinopatía diabética.

Su riesgo aumenta cuanto mayor es la duración de la diabetes y cuanto más alterado es su control glucémico. Tener una elevada presión arterial también aumenta el riesgo de desarrollar retinopatía diabética.

Las mujeres que tienen diabetes y quedan embarazadas, corren más riesgo de desarrollar retinopatía diabética. Si tiene diabetes y está embarazada, hágase un examen completo de fondo de ojo. Su médico le indicará si serán necesarios otros exámenes de los ojos durante su embarazo.

¿Qué puedo hacer para prevenir la retinopatía diabética?

Aproximadamente un 30% de las personas con diabetes tienen retinopatía diabética, la mayoría en fases leves o moderadas.

Controlar su diabetes es la mejor manera de reducir su riesgo de desarrollar retinopatía diabética o de enlentecer su progresión a fases avanzadas. Eso significa mantener el nivel de glucemia en la sangre lo más normal posible. Puede lograrlo haciendo actividad física con regularidad, comiendo sano y siguiendo cuidadosamente las indicaciones de su médico sobre el uso de insulina u otros medicamentos para la diabetes. Controlar su presión arterial también puede ayudar a reducir el riesgo de pérdida de visión.

¿Cuál es el tratamiento para la retinopatía diabética proliferativa y el EMD?

En estas etapas avanzadas es importante comenzar el tratamiento de inmediato, especialmente si experimenta cambios en la visión. Además de continuar procurando un buen control de la glucemia y de la presión arterial, es posible que el oftalmólogo le indique tratamiento con fotocoagulación con láser y/o con inyecciones intravítreas de fármacos que eviten la formación de nuevos vasos sanguíneos y que eliminen el fluido acumulado en la retina que le dificulta la visión (fármacos anti-VEGF o corticoides). Si se produce una hemorragia en el vítreo o un desprendimiento de retina requerirá una intervención quirúrgica (vitrectomía). El tratamiento no recupera la visión perdida, pero la estabiliza y evita que empeore.