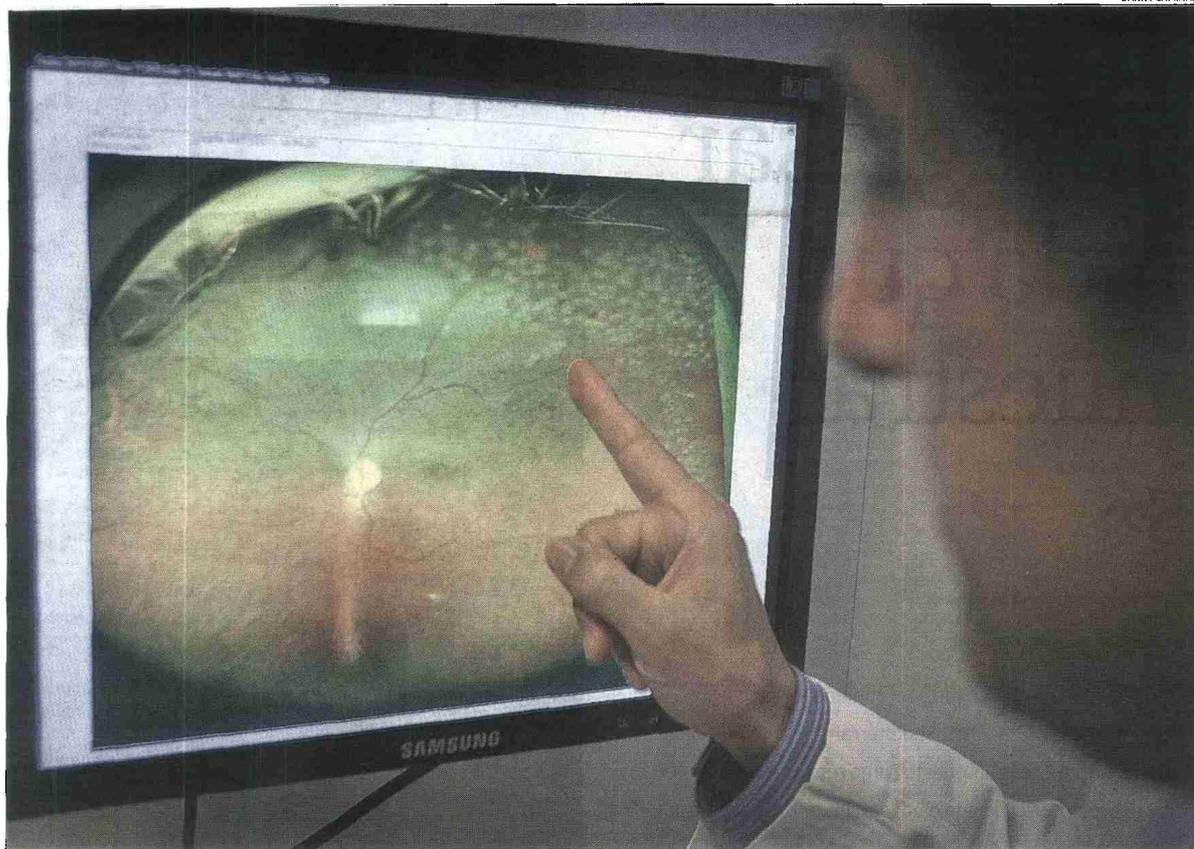


## OFTALMOLOGÍA



# La diabetes, amenaza para la visión

El control estricto de la enfermedad es fundamental para evitar que acabe causando estragos en la retina



«El descontrol diabético es un cheque que se paga a largo plazo». Con este símil, mis colegas del Instituto de Microcirugía Ocular de Barcelona (IMO) y yo mismo alertábamos recientemente a un grupo de pacientes diabéticos de la importancia del control estricto de sus niveles de azúcar para evitar acabar perdiendo la visión al ca-

bo de los años. La reflexión la hicimos en una sesión sobre el binomio diabetes-visión, el pasado 14 de noviembre, con motivo del Día Mundial de la Diabetes.

Aunque en los últimos 20 años se ha avanzado mucho gracias al mejor conocimiento de esta patología por parte de los endocrinos, por un lado, y de los oftalmólogos, por otro, la visión de los pacientes diabéticos es todavía un problema de salud que afecta a más de la mitad de las personas con una historia de diabetes superior a los 15 años. Los malos hábitos y el sedentarismo favorecen, además, que las cifras de afectados vayan en aumento. Por ello es importante trasladarles dos mensajes clave: el primero es que los propios

Tras el diagnóstico, hay que acudir al oftalmólogo enseguida, y luego someterse a una revisión anual

pacientes son decisivos para evitar que su enfermedad acabe causando estragos en la retina, por lo que deben cuidar la dieta y el estilo de vida y seguir un control estricto de sus niveles de azúcar, y el segundo, que el diagnóstico y el tratamiento precoces son la clave para salvar la visión.

LAS PERSONAS diabéticas deben ser conscientes de la importancia de acudir a todas las citas con el diatibólogo y seguir sus indicaciones y, paralelamente, de someterse a una revisión oftalmológica anual. Si esta es la hoja de ruta para los diabéticos que llevan ya varios años con la enfermedad, la consigna para las personas a las que se diagnostica por primera vez diabetes tipo 2 (también

conocida como diabetes del adulto) es acudir al oftalmólogo a la mayor brevedad, para evitar que una lesión incipiente acabe cobrándose la visión a largo plazo.

La retina es la zona ocular más afectada en las personas con diabetes, un alto porcentaje de las cuales sufre la enfermedad conocida como retinopatía diabética. Esta es la patología vascular más habitual de la retina y una de las primeras causas de pérdida de visión en el mundo occidental. Se calcula que en Catalunya, un 2% de la población diabética presenta grados de retinopatía avanzada con pérdida de visión total.

SI SE APLICA tratamiento de forma precoz, se pueden obtener buenos resultados. Actualmente existen una serie de fármacos que, inyectados dentro del globo ocular, disminuyen los síntomas de la retinopatía diabética. Además, se han desarrollado implantes de esteroides que se introducen a través de una pequeña incisión en el globo ocular y que tienen un sistema de liberación retardada que también consigue mejorar la visión. Otra opción es la fotocoagulación con láser, que ha sido el tratamiento de elección durante muchos años y para el que actualmente se buscan alternativas menos agresivas. Recientes estudios demuestran que la asociación de los fármacos de inyección ocular con el láser es una buena opción. En los casos más graves, las técnicas quirúrgicas de microincisión mejoran mucho el pronóstico.

Sin embargo, para garantizar la máxima eficacia de cualquier tratamiento, lo más importante es aplicarlo al inicio de la enfermedad y no cuando esta ya ha evolucionado tanto que, aunque logremos devolver las estructuras anatómicas a su sitio, no podamos conseguir una recuperación funcional de la visión.

Ahora la investigación se centra en la prevención. El IMO está participando en un estudio europeo para detectar las alteraciones que se originan en la retina antes de que empiecen a producirse los cambios vasculares que dan lugar a la retinopatía diabética. Se ha observado que existe una degeneración de la retina previa a la alteración de sus vasos y al desencadenamiento de la enfermedad. Con el estudio se pretende averiguar si aplicando colirios en el ojo se puede reducir o retrasar esta neurodegeneración precursora de la retinopatía diabética. ≡

## LAS CLAVES

### 1 Problema de salud en aumento

Los problemas de visión afectan a más de la mitad de las personas con una historia de diabetes superior a los 15 años y van en aumento, por el sedentarismo. Algunos estudios apuntan que en el 2030 el número de diabéticos en el mundo alcanzará los 370 millones, el triple que en el 2000.

### 2 Un cheque a largo plazo

Los pacientes son decisivos para evitar que la diabetes acabe causando estragos en la retina. Cuidar la dieta y el estilo de vida y seguir un control estricto de los niveles de azúcar es indispensable para evitar la pérdida futura de visión, ya que el descontrol diabético es un cheque que se paga a largo plazo.

### 3 La retinopatía diabética

La retina es la zona ocular más afectada en los diabéticos, un alto porcentaje de los cuales sufre retinopatía diabética. Se trata de la patología vascular más habitual de la retina y de una de las primeras causas de pérdida de visión en el mundo occidental.

### 4 El tratamiento precoz es clave

Para garantizar la máxima eficacia de cualquier tratamiento, lo más importante es aplicarlo al inicio de la enfermedad y no cuando ya ha evolucionado tanto que, aunque se devuelvan las estructuras anatómicas oculares a su sitio, ya no se obtenga una recuperación funcional de la visión.

### 5 Detener la neurodegeneración

El IMO participa en un estudio europeo para detectar las alteraciones que se originan en la retina antes de los cambios vasculares que dan lugar a la retinopatía diabética. Se ha observado que hay una neurodegeneración de la retina previa a la enfermedad, que podría controlarse con colirios.