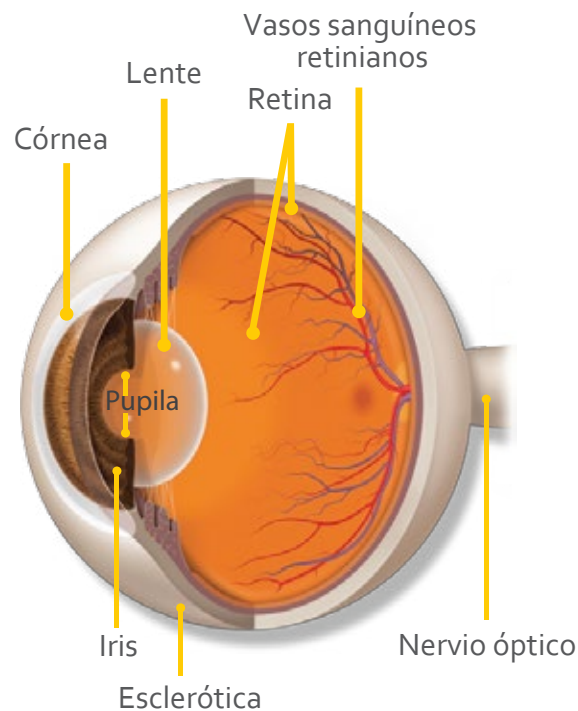


## ¿Qué es la retinopatía diabética?

Las personas con diabetes pueden tener una enfermedad ocular llamada retinopatía diabética. Esta enfermedad ocurre porque los niveles altos de azúcar en la sangre causan daño a los vasos sanguíneos en la retina. Estos vasos sanguíneos pueden hincharse y tener fugas de líquido. También pueden cerrarse e impedir que la sangre fluya. A veces, se generan nuevos vasos sanguíneos anormales en la retina. Todos estos cambios pueden hacerle perder la visión.



## Vocabulario útil relacionado con los ojos

**Retina:** capa de células nerviosas que recubren la pared posterior en el interior del ojo. Esta capa detecta la luz y envía señales al cerebro para que pueda ver.

**Mácula:** zona pequeña pero importante en el centro de la retina. La mácula es necesaria para ver con claridad los detalles de objetos frente a usted.

**Edema macular:** hinchazón de la mácula causada por la fuga de plasma de vasos sanguíneos. El edema macular causa pérdida de la visión.

**Vítreo:** sustancia similar a la gelatina que llena la parte media del ojo.

**Moscas volantes:** grupos pequeños de células u otro material en el interior del vítreo. Se ven como manchas, hebras o nubes pequeñas moviéndose en el campo de visión.

## Etapas de la enfermedad ocular diabética

La enfermedad ocular diabética consiste en dos etapas principales:

**NPDR** (retinopatía diabética no proliferativa): esta es la etapa temprana de la enfermedad ocular diabética.

Muchas personas con diabetes la tienen. Cuando tiene NPDR, muchos vasos sanguíneos pequeños sufren pérdidas y hacen que la retina se hinche. Cuando se hincha la mácula, se denomina **edema macular**. Esta es la razón más común por la que la gente con diabetes pierde la visión.

Además, los vasos sanguíneos en la retina pueden cerrarse. Esto se llama **isquemia macular**. Cuando eso sucede, la sangre no puede llegar a la mácula. En algunos casos, se pueden formar pequeñas partículas en la retina, llamadas exudados. Estas partículas también pueden afectar la visión.



. Cuando existe una retinopatía diabética, puede haber líquido o partículas en su retina que afecten la visión.

Si tiene retinopatía diabética no proliferativa, su visión será borrosa.

*El edema macular es la causa más común de la pérdida de la visión debido a la diabetes.*

**PDR** (retinopatía diabética proliferativa): esta es la etapa más avanzada de la enfermedad ocular diabética. Se produce cuando la retina comienza a desarrollar nuevos vasos sanguíneos. Esto se denomina neovascularización. Estos vasos nuevos frágiles a menudo sangran hacia el vítreo. Si sólo sangran un poco, quizá vea unas cuantas moscas volantes oscuras. Si sangran mucho, puede que bloqueen toda la visión. Estos vasos sanguíneos nuevos pueden desarrollar cicatrices. El tejido cicatrizante puede causar problemas con la mácula o derivar en un desprendimiento de retina. La retinopatía diabética proliferativa es muy grave y puede hacerle perder tanto la visión central como la periférica (lateral).



. Desprendimiento de la retina por tracción

## ¿Cuáles son los síntomas de la retinopatía diabética?

Puede tener retinopatía diabética y no saberlo. Esto se debe a que generalmente no presenta síntomas en sus etapas tempranas.

A medida que empeora, notará síntomas como los siguientes:

- Un mayor número de moscas volantes
- Visión borrosa
- Visión que cambia de borrosa a clara
- Ver áreas en blanco o oscuras en el campo de visión
- Visión nocturna deficiente
- Notar que los colores se ven atenuados o apagados
- Perder la visión

*Los síntomas de la retinopatía diabética suelen afectar a ambos ojos.*

## ¿Cómo se diagnostica la retinopatía diabética?

Se le colocarán gotas en el ojo para dilatar (ensanchar) la pupila. Esto le permite al oftalmólogo observar a través de un lente especial el interior de su ojo.

Puede que el médico utilice una angiografía con fluoresceína para determinar cuál es el problema en la retina. Con este método se le inyecta tinte amarillo (llamado fluoresceína) en una vena, generalmente en el brazo. El tinte se traslada a través de los vasos sanguíneos. Esto demuestra si hay vasos sanguíneos bloqueados o perdiendo líquido. También muestra si están creciendo vasos sanguíneos anormales.

La tomografía de coherencia óptica (OCT, por sus siglas en inglés) es otra manera de observar en detalle la retina. Una máquina analiza la retina y brinda imágenes detalladas de su espesor. Esto ayuda a su médico a detectar y medir la hinchazón de la mácula.

## ¿Cómo se trata la retinopatía diabética?

Su tratamiento se basa en lo que el oftalmólogo ve en sus ojos. Estas son algunas de las opciones de tratamiento:

**Control médico:** controlar su azúcar en sangre y la presión sanguínea puede detener la pérdida de la visión. Seguir bien la dieta que le ha recomendado su nutricionista. Tomar los medicamentos que le recetó su médico. **En algunos casos, un buen control del azúcar incluso puede devolverle algo de visión.** Controlar la presión arterial mantiene los vasos sanguíneos del ojo saludables.

**Medicamentos.** Un tipo de medicamento se llama "anti-FCEV." Este medicamento ayuda a disminuir la hinchazón de la mácula, lo que desacelera la pérdida de la visión y puede mejorar la visión. Este medicamento se administra por inyecciones en el ojo. Otra opción para disminuir la hinchazón macular son los medicamentos con esteroides. Estos medicamentos también se administran como inyecciones en el ojo. Su médico le recomendará cuántas inyecciones necesitará y por cuánto tiempo.

**Cirugía con rayos láser.** La cirugía láser puede utilizarse para ayudar a sellar los vasos sanguíneos que sufren pérdidas. Esto puede disminuir la hinchazón de la retina. La cirugía láser también puede ayudar a encoger los vasos sanguíneos y evitar que vuelvan a crecer. En algunos casos, es necesario realizar más de un tratamiento.

**Vitrectomía.** Si tiene retinopatía diabética proliferativa avanzada, su oftalmólogo puede recomendarle una cirugía llamada vitrectomía. Su oftalmólogo extrae el gel vítreo y la sangre de los vasos anormales en la parte de atrás del ojo. Esto permite que los rayos de luz se enfoquen correctamente en la retina nuevamente. También puede extirparle tejido cicatrizante de la retina.

## Cómo evitar perder la visión a causa de la retinopatía diabética

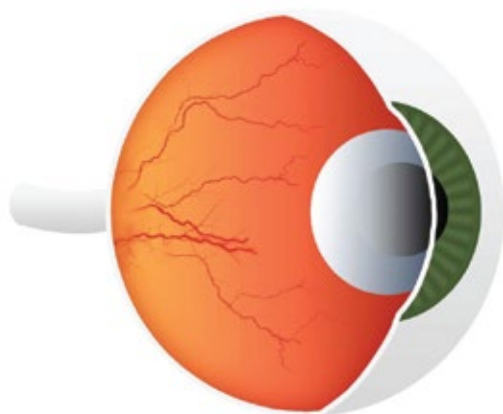
- Si tiene diabetes, hable con su médico primario sobre cómo controlar el azúcar en la sangre. Un nivel alto de azúcar en la sangre daña los vasos sanguíneos en la retina. Esto causa pérdida de la visión.
- Tiene presión arterial alta o problemas en los riñones? Consulte a su médico sobre cómo manejar y tratar estos problemas.

- Visite regularmente a su oftalmólogo para hacerse exámenes oculares con pupila dilatada. La retinopatía diabética puede detectarse antes de tener problemas de visión.
- Si nota cambios en la visión de uno o ambos ojos, comuníquese de inmediato con su oftalmólogo.
- Reciba tratamiento para la retinopatía diabética tan pronto como sea posible. Esta es la mejor manera de evitar la pérdida de visión.

## ¿Tiene diabetes y debe hacerse un examen para ver si necesita anteojos?

Los cambios en los niveles de azúcar en sangre pueden afectar su visión. Asegúrese de tener bajo control el azúcar en sangre al menos una semana antes de hacerse un examen ocular. Las recetas de anteojos hechas cuando su nivel de azúcar en sangre está estabilizado son mejores.

OJO SANO



OJO CON RETINOPATÍA DIABÉTICA

