



¿La diabetes daña mis ojos?

Junio 2021

¿Qué es la retinopatía diabética y por qué ocurre?



La retinopatía diabética es la complicación de los ojos más significativa de la diabetes y ocurre cuando se afectan los vasos sanguíneos pequeños que aportan sangre y nutrientes a la retina (la capa más profunda del ojo) ocasionando pérdida de la vista.

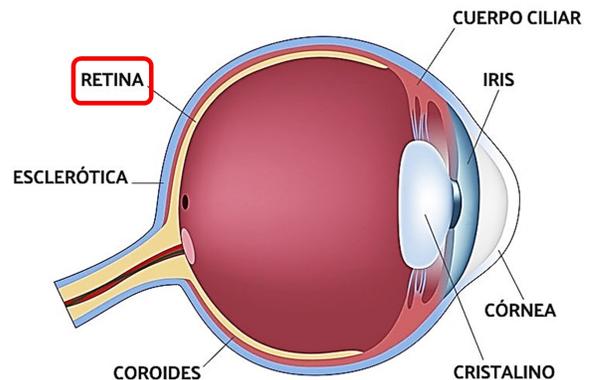
Los factores de riesgo para su origen son:

- * Glucosa en sangre elevada (hiperglucemia) de manera persistente.
- * Presión arterial alta persistentemente.
- * Lípidos (grasas) elevadas en sangre
- * y predisposición genética.

La hiperglucemia provoca daño oxidativo de los vasos sanguíneos pequeños de la retina, lo que provoca incremento en la formación y acúmulo de proteínas con alto contenido de glucosa en su interior, promoviendo la inflamación y el incremento de la presión dentro de dichos vasos sanguíneos, así como la formación de nuevos vasos sanguíneos

defectuosos los cuales puede romperse, sangrar o taparse con mayor facilidad, lo cual finalmente provoca que no llegue adecuada cantidad de nutrientes y oxígeno a las células de la retina propiciando su inflamación y desprendimiento.

La prevalencia de la retinopatía diabética es de aproximadamente 40%, y a nivel mundial existen aproximadamente 93 millones de personas con esta enfermedad, lo que la convierte en un importante problema económico y de salud pública en todo el mundo.



¿Qué puedo hacer para prevenir el desarrollo de la retinopatía diabética?

El punto clave de la prevención y el tratamiento de la retinopatía diabética es el adecuado control de las concentraciones de glucosa en sangre, la presión arterial sistémica y la reducción de los lípidos en sangre.

Existen estudios que demuestran que una concentración de hemoglobina glucosilada (HBA1C) menor o igual a 7% de manera constante, resulta en una reducción del 25% del riesgo de complicaciones de los pequeños vasos sanguíneos del cuerpo, como es el caso de los vasos sanguíneos de la retina.



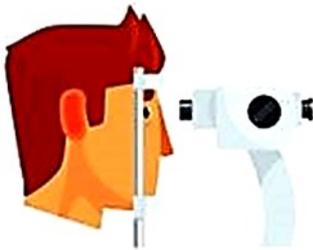
Tratamiento para la diabetes

¿El daño en mis ojos puede tratarse?



⇒ Si, existe tratamiento dirigido a la zona de la retina dañada, el tratamiento varía dependiendo del grado de daño y del tipo de retinopatía que usted padezca.

⇒ Se ha reportado que los pacientes con diabetes tipo 1 deben ser evaluados por un oftalmólogo a partir de los 5 años del diagnóstico de diabetes y posteriormente de manera anual, mientras que los pacientes con diabetes tipo 2, deberán ser evaluados al diagnóstico y posteriormente cada año; de tal manera que en primer lugar, usted deberá acudir con el Endocrinólogo, el ajustará el tratamiento para la diabetes, con el fin de lograr un adecuado control de la glucosa en sangre, además evaluará la presencia de posibles complicaciones y enviará con el médico especialista adecuado para un tratamiento multidisciplinario.



Recuerda: No te automediques, acude a consulta con el Endocrinólogo.



Bibliografía:

-Ebnetter A, Zinkernagel MS. Novelities in Diabetic Retinopathy. Endocr Dev. 2016;31:84-96. doi: 10.1159/000439391.