# ¡Ojo!, conozca las complicaciones visuales que produce la diabetes

**Pacientes diabéticos pueden quedar ciegos si no se controla la enfermedad adecuadamente ni asisten a citas de oftalmología, como mínimo, una vez al año.**

De la población diabética del mundo, el 90 % sufre la llamada diabetes tipo 2. Esta enfermedad daña los capilares del sistema circulatorio, es decir, los vasos encargados de llevar la sangre a tejidos del organismo como el corazón, el cerebro, la retina y el riñón.

"Cuando estos capilares se lesionan debido al aumento del azúcar en la sangre, se produce una serie de complicaciones progresivas e irreversibles", comenta Hugo Ocampo, oftalmólogo especialista en retina y coordinador de la Unidad de Diabetes y de Salud Ocular de la Clínica de Oftalmología de Cali.

Según Ocampo, el examen oftalmológico conocido como 'Fondo de ojo' (visualización de la retina, luego de dilatar la pupila) permite ver en vivo la circulación de un paciente y conocer con exactitud los daños que presenta. "Si las arterias y venas del ojo se encuentran dañadas, lo más seguro es que así mismo estén las arterias y venas de otros órganos como el riñón, cerebro, corazón, etc.".

De acuerdo con este especialista, quienes padecen diabetes tienen, entonces, cuatro veces más riesgo de morir de infarto de miocardio y presentar daño renal, que aquellos que no. Este tipo de complicaciones se generan porque la mitad de los diabéticos no saben que tienen la enfermedad y algunos de los que conocen su diagnóstico no van a controles periódicos como es requerido. En ocasiones, cuando asisten ya es muy poco lo que se puede hacer por sus ojos o demás órganos.

"El diagnóstico temprano de la diabetes es importante porque la pronta intervención es la que puede disminuir las complicaciones a largo plazo. La forma de detectarla es con pruebas de tamización en población a riesgo, es decir, en personas con obesidad, con antecedentes personales o familiares de diabetes o intolerancia a los carbohidratos, mujeres en gestación, personas de edad avanzada y quienes presenten otros factores de riesgo como consumo de algunos fármacos, alcohol y tabaquismo", comenta Yolanda Vargas, médica endocrinóloga del Grupo Emi.

Conozca algunas de las complicaciones visuales que produce la diabetes:

**1. Retinopatía diabética:**

Esta complicación visual se caracteriza por un daño en los capilares del ojo, que produce un derrame no solo de sangre sino de las sustancias que viajan en el plasma como grasas, proteínas, etc. Cuando este tipo de rupturas se presentan los capilares dejan de llevar

oxígeno a los tejidos y producen su muerte. En el caso de los ojos se produce el daño de la retina, conocido como retinopatía diabética.

"Es un daño progresivo que en la peor instancia lleva al desprendimiento de la retina, porque esta se llena de vasos que sangran y provocan contracciones que la traccionan. Además, esto ocasiona que la presión ocular aumente", explica el oftalmólogo Ocampo. Esta complicación visual suele ser secundaria a una diabetes mal manejada.

**2. Edema macular diabético:**

Cuando los capilares se dañan y dejan salir todo su contenido se produce una hinchazón en la retina conocida como edema macular diabético.

La mácula es la zona central de la retina, mide 5 milímetros y permite la lectura e identificación de colores y detalles finos.

El edema macular diabético puede acompañarse o no de retinopatía diabética. "Se puede tener la retina sana, pero la mácula con mucha hinchazón, lo cual genera incapacidad para ver con claridad. Muchos pacientes llegan a consulta porque aún con las gafas ven borroso, pero es que el problema no es de gafas, sino de la retina que está hinchada, en el caso de los diabéticos, dado el exceso de azúcar en la sangre", comenta Ocampo, especialista de la Clínica de Oftalmología de Cali.

**3. Glaucoma**

El glaucoma es un daño en el nervio óptico del ojo (punto de encuentro de todas las fibras nerviosas que hay en la retina y que se unen en forma de cordón para dirigirse hacia el cerebro).

Esta complicación se debe, entre otras causas, a una presión ocular elevada y sostenida, que suele ser usual en los pacientes con diabetes, dado que los vasos anormales crecen como maleza y obstruyen el canal de drenaje del humor acuoso.

Cuando el ojo no logra evacuarse, su presión aumenta, superando los 20 milímetros de mercurio (unidad de medida de la presión del ojo). El glaucoma por diabetes es el tipo de glaucoma más grave que existe. Hay tratamientos para controlarlo, pero es posible que el ojo no se recupere del todo.

**Unidad de Diabetes y de Salud Ocular**

La Clínica de Oftalmología de Cali atiende de manera integral a los pacientes diabéticos a través de la Unidad de Diabetes y de Salud Ocular, creada para que las personas con o sin esta enfermedad cuenten con un equipo multidisciplinario, conformado por retinólogos,

internistas, nutricionistas, psicólogos, fisiatras especialistas en actividad física de diabéticos, nefrólogos, podiatras especializados en pie diabético, oftalmólogos y enfermeras, capaces de educar a los pacientes y de hacerles seguimiento oportuno y eficaz.

Los ojos comprometidos por la diabetes pueden llegar a convertirse en ojos ciegos, dolorosos y algunas veces intratables. Si bien hay medicamentos e inyecciones para bajar el sangrado y la proliferación de vasos anormales, lo cierto es que el efecto dependerá de la cantidad de retina sana con la que cuente cada paciente. Además, son tratamientos costosos. Entre ellos, la 'vitrectomía', cirugía que puede hacerse con láser o no, según el daño de la retina. Pero no siempre se garantiza que el paciente recupere la visión. Por eso, para la clínica lo más importante es ofrecer un servicio de prevención.

**Prevención**

Edith Sierra, gestora de riesgo cardiovascular de Coomeva EPS explica que:

*Los pacientes diabéticos deben aprender a convivir con la enfermedad y tener hábitos saludables, como alimentarse sano y hacer ejercicio.

* Tomar sus medicamentos con la periodicidad indicada, pues estos son de por vida.

* Asistir mensualmente a los controles médicos.

* Consultar una vez al año al oftalmólogo y nefrólogo y estar muy pendientes de los cambios que presente su organismo.

* Revisarse, diariamente, con la ayuda de un espejo, la planta de los pies para observar si hay hematomas, inflamación, heridas, llagas, laceraciones o uñas enterradas, etc. Todo con el fin de evitar la complicación del pie diabético.

Diario El País, 19 de Noviembre de 2017. Página C8