

# conVIVIR con DM

Coordinador:

**Dr. Antonio Pérez Pérez**

Director de Unidad.  
Servicio de Endocrinología  
y Nutrición. Hospital de la  
Santa Creu i Sant Pau,  
Barcelona. Profesor,  
Universitat Autònoma de  
Barcelona. CIBERDEM

Autora:

**Dra. Olga Simó Servat**

Coordinadora de la Unidad  
Tecnologías-Hospital de  
Día de Diabetes. Hospital  
Universitario Vall d'Hebron.  
Barcelona



## ¿Por qué son importantes las revisiones oculares en los pacientes con diabetes?

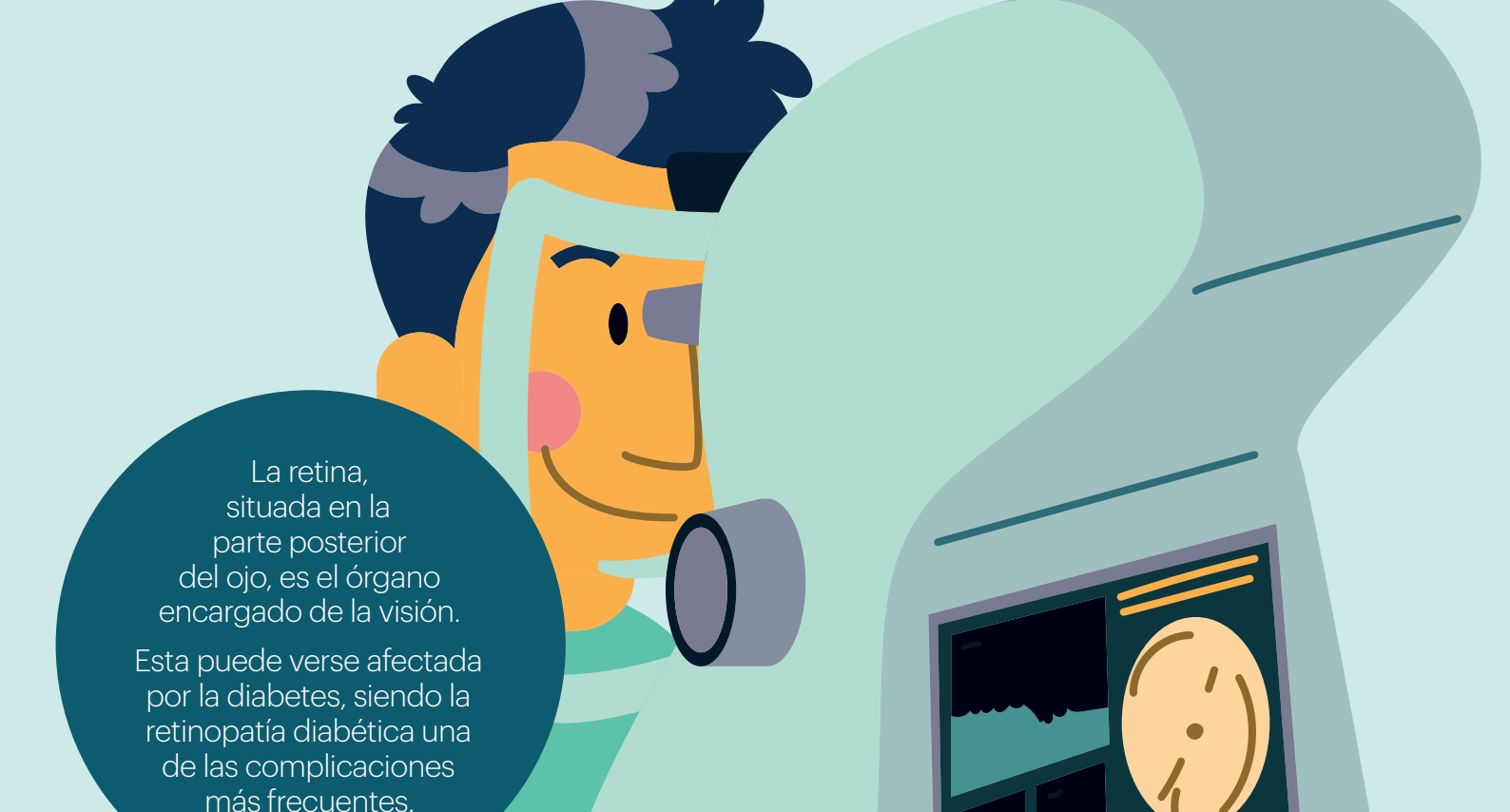
Con la colaboración de



Avalado por



SED | SOCIEDAD ESPAÑOLA DE DIABETES FSED | FUNDACIÓN DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE DIABETES



La retina, situada en la parte posterior del ojo, es el órgano encargado de la visión.

Esta puede verse afectada por la diabetes, siendo la retinopatía diabética una de las complicaciones más frecuentes.

## ¿Qué es la retinopatía diabética y qué debo tener en cuenta?

- ★ La retinopatía diabética es la **causa más frecuente de ceguera** en edad laboral en los países desarrollados.
- ★ Se trata de una **complicación específica de la diabetes**, por afectación de los pequeños vasos y nervios de la retina.
- ★ Es necesario hacer **revisiones oculares de la retina** para poder diagnosticar la retinopatía diabética antes de que esta produzca una disminución de la visión.
- ★ Las revisiones consisten en realizar una **retinografía**, es decir, una foto de la retina.
- ★ Para la realización de la retinografía, habitualmente **no es necesario poner gotas** para dilatar la pupila.
- ★ Si te han tenido que poner gotas para dilatar la pupila, puedes **ver borroso** las horas siguientes y debes evitar conducir.
- ★ Cuando con la retinografía no se puede ver bien la retina, o bien se ha objetivado alguna lesión compatible con retinopatía diabética, será necesaria una **exploración más completa de toda la retina** por parte de Oftalmología.
- ★ Si se te diagnostica una retinopatía diabética leve o moderada, es importante **mejorar el control glucémico** para evitar que esta empeore con el tiempo.
- ★ En algunos casos de retinopatía diabética leve, las lesiones pueden desaparecer si se consigue un **buen control metabólico**.
- ★ En caso de presentar una retinopatía más avanzada, debes mejorar el control glucémico, pero de **forma más paulatina**, por riesgo a empeorar las lesiones ante un descenso brusco de los niveles de glucosa.
- ★ Cuando la retina está afectada y pone en riesgo la visión, se pueden aplicar **tratamientos (con láser o inyecciones de tratamientos intraoculares)** por parte de Oftalmología para evitar la pérdida de visión.

**Lo más importante es evitar llegar a estos estadios de la enfermedad, procurando mantener un buen control y realizando las revisiones oculares periódicas.**



## Recuerda que...

- Actualmente se recomienda iniciar las **revisiones oculares** desde el diagnóstico de la enfermedad en el caso de que presentes una diabetes mellitus tipo 2 o bien a los 5 años del diagnóstico de la diabetes en el caso de la diabetes mellitus tipo 1.
- La periodicidad de las revisiones oscilará **entre 1 y 2 años**, según el tiempo de evolución de la diabetes y si presentas alguna lesión a este nivel.
- La presencia de retinopatía diabética es un **marcador de riesgo cardiovascular**, por lo que es importante también **mantener un adecuado peso corporal, controlar la tensión arterial y el colesterol**.