

14 DE NOVEMBRE, DIA MUNDIAL DE LA DIABETIS

EL TEMPS D'EVOLUCIÓ DE LA DIABETIS, PRIMER FACTOR DE RISC PER DESENVOLUPAR RETINOPATIA DIABÈTICA

Més d'un 90% dels diabètics de tipus 1, nens i joves, acabarà desenvolupant algun grau de retinopatia diabètica al cap de 20 anys d'evolució de la diabetis

En el moment del diagnòstic, en 1 de cada 5 diabètics de tipus 2 ja és present aquesta complicació ocular, a causa dels danys ocasionats per una descompensació metabòlica desapercebuda i descontrolada

Barcelona, 13 novembre del 2018/. Amb motiu del Dia Mundial de la Diabetis, que se celebra demà i que aquesta edició se centra en la família, els oftalmòlegs de l'Institut de Microcirurgia Ocular ([IMO](#)) recorden la importància de controlar exhaustivament la malaltia sobretot en el cas de nens i de joves, amb un risc més alt d'acabar tenint pèrdua visual.

Al voltant de 30.000 menors de 15 anys a Espanya té diabetis (generalment, de tipus 1), amb taxes superiors d'incidència de la [retinopatia diabètica](#) –primera causa de ceguesa irreversible en edat laboral– en relació amb el temps de desenvolupament de la malaltia. "L'afectació ocular en diabètics comença sense donar símptomes i de forma lenta, malgrat que a partir d'un determinat moment, sobre la dècada d'evolució, es dispara de manera exponencial", explica el [Dr. Rafael Navarro](#). L'especialista de l'IMO afegeix que "als 20 anys de progrés de la diabetis, més d'un 90% dels pacients presentarà algun grau de retinopatia diabètica, en la meitat dels casos en la seva forma proliferativa o fase més avançada". Per tant, com més aviat és el debut de la diabetis, més necessari és prendre mesures preventives per mantenir a ratlla la patologia i evitar que la descompensació metabòlica vagi fent malbé les cèl·lules i els vasos sanguinis de la retina a llarg termini.

En aquest sentit, tant endocrinòlegs com oftalmòlegs insisteixen a ser constants en l'adopció de comportaments saludables que evitin l'obesitat, el sedentarisme i el tabaquisme, a més d'en el control de la glucèmia, dels lípids plasmàtics i de la pressió arterial. Juntament amb això, també és fonamental fer un seguiment periòdic de la visió; amb revisions anuals si no hi ha sospita de retinopatia diabètica o semestral i fins i tot trimestrals en funció de les complicacions i del grau de severitat d'aquesta patologia ocular. Segons el Dr. Navarro, "en pacients diabètics de tipus 1 es recomana començar les visites oftalmològiques a l'adolescència, als 3-5 anys de l'aparició de la diabetis". No obstant això, no s'aplica la mateixa regla als diabètics de tipus 2, generalment adults, "que han de fer-se un examen del fons d'ull en el moment del diagnòstic, quan pot ser que la diabetis hagi passat desapercebuda al llarg de diversos anys i ja hagi anat calant en l'organisme".

Aquest tipus de diabetis sol manifestar-se de forma menys evident i, d'acord amb dades de la Federació Internacional de Diabetis (IDF), 1 de cada 2 persones afectades ho ignora; un desconeixement que repercuteix en més de 2 milions de diabètics a Espanya. Com a conseqüència, quan finalment se'ls detecta la malaltia i van a l'oftalmòleg, la retinopatia diabètica és present en un 20% dels pacients en tot just un parell d'anys. El Dr. Navarro apunta que "també es poden trobar des del diagnòstic casos d'edema macular, principal complicació i primera causa de pèrdua de visió en la retinopatia diabètica, que pot aparèixer tant en fases lleus com severes de la malaltia".

Antecedents familiars

Cal tenir en compte que la diabetis de tipus 2 (normalment associada a l'estil de vida i especialment freqüent a partir dels 40 anys) entra a les famílies en edats cada vegada més primerenques a causa dels problemes d'obesitat de molts adolescents.

A més dels hàbits i dels condicionants ambientals, en la diabetis també influeixen els factors genètics, ja que la predisposició a desenvolupar la patologia és hereditària. Si tots dos pares són diabètics de tipus 1, s'estima que els fills tenen un 25% de probabilitat de desenvolupar diabetis, mentre que la xifra augmenta fins al 50% si mare i pare ho són de tipus 2. Per aquesta raó, conèixer els antecedents familiars de la patologia –que es preveu que el 2030 hagi augmentat en 100 milions d'afectats– és també una de les claus per intensificar la prevenció i els controls oftalmològics regulars des de la infància. L'objectiu és evitar que els danys acumulatius de la diabetis sobre la visió siguin cada vegada més precoços, amb l'afegit que aquesta patologia està darrere d'un 16% dels casos de ceguesa a Espanya. No obstant això, com conclou el Dr. Navarro, "si el pacient està ben controlat, avui dia és poc freqüent que la retinopatia diabètica desemboqui en una pèrdua de visió absoluta, ja que disposem de fàrmacs i de tècniques de cirurgia mínimament invasiva que ens permeten tractar-la amb èxit".