

El glaucoma, la epidemia silenciosa que arrasa con la visión



ADOPTAR UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE PUEDE TENER UN IMPACTO SIGNIFICATIVO EN LA PREVENCIÓN DE ESTA PATOLOGÍA QUE SUPONE, A DÍA DE HOY, UNA DE LAS PRINCIPALES CAUSAS DE CEGUERA IRREVERSIBLE EN EL MUNDO.

El glaucoma es una de las principales causas de ceguera irreversible en todo el mundo; según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la segunda, pues alrededor de 60 millones de personas en todo el planeta padecen de esta enfermedad. En España afecta alrededor del 3% de la población, lo que supone más o menos un millón y medio de personas.

Sin embargo, los datos disponibles pueden no corresponderse con su impacto real, puesto que se trata de una enfermedad silenciosa hasta en fases muy avanzadas y en las etapas iniciales puede ser asintomática. Como aspecto positivo cabe destacar que el conocimiento de los diferentes factores de riesgo, y adoptar un estilo de vida saludable, podrían tener un impacto significativo en la prevención de esta condición.

Andrés Fernández-Vega Cueto-Felgueroso, especialista de la Unidad de Glaucoma del Instituto Oftalmológico Fernández-Vega, explica que *“el glaucoma es una enfermedad ocular en la que se daña el nervio óptico que conecta el ojo con el cerebro debido al fallo en el drenaje del líquido del interior del ojo”*. Por ende, incrementa la presión intraocular que puede llegar a provocar ceguera. *“El diagnóstico y tratamiento tempranos son fundamentales para evitar daños irreversibles. Sin embargo, el principal problema del glaucoma es que solo la mitad de los casos están diagnosticados debido a la ausencia de síntomas visibles, y cuando se muestran ya es demasiado tarde. Por ello, es muy importante la prevención”*, insiste Fernández-Vega.

Asimismo, hace hincapié en que se trata de una patología *“muy infradiagnosticada”*, pues solamente cuando la enfermedad está en estado avanzado se aprecian síntomas como la pérdida de campo visual periférico o visión en túnel. *“Hay un subtipo de glaucoma que puede cursar con pérdida repentina de la visión, fuertes dolores en el ojo o en la frente, enrojecimiento ocular, náuseas y vómitos o visión de arcoíris, pero la mayor parte no presentan ningún síntoma al inicio”*, explica el especialista de la Unidad de Glaucoma del Instituto Oftalmológico Fernández-Vega.

Población con mayor riesgo

Así, hay que prestar atención a ciertos factores de riesgo que permitirán detectar esta enfermedad en sus fases más tempranas. *“Las personas que tienen antecedentes familiares tienen un riesgo ocho veces mayor que la población general de sufrir esta enfermedad. Los pacientes con miopía duplican y hasta triplican el riesgo de desarrollar glaucoma. Y otro de los factores más determinantes es la edad, donde el riesgo relativo de padecer esta enfermedad se dobla cada diez años”*, comenta Andrés Fernández-Vega Cueto-Felgueroso.

Además, existen algunas patologías que pueden desencadenar esta enfermedad como la diabetes, migraña, hipotensión o hipertensión arterial, o enfermedades cardiovasculares. *“Por eso siempre recomendamos controlar y mantener la presión arterial en un nivel normal y, sobre todo, hacerse revisiones oftalmológicas al menos una vez al año”*, enumera el doctor.

Precisamente en relación a esos factores de riesgo, el grupo

Miranza ha realizado una campaña de prevención del glaucoma, en el marco de la Semana Mundial celebrada del 10 al 16 de marzo. Una de las conclusiones es que de 50 de los 360 pacientes revisados a razón de la iniciativa presentaron hipertensión ocular. Según los datos que se desprenden de la campaña, con catorce puntos de screening gratuito repartidos por seis comunidades españolas y Andorra, el 70% de las personas con presión intraocular (PIO) elevada tienen algún defecto refractivo, lo cual no es de extrañar, si se tiene en cuenta que la miopía o hipermetropía elevadas predisponen a sufrir glaucoma.

La edad, otro de los factores de riesgo de la enfermedad, ha sido también un denominador común en el 33% de los pacientes con PIO elevada, cuya edad supera los 60 años (además de un 41% que están entre los 40 y los 60). También destaca el 25% de personas con hipertensión que cuentan con antecedentes familiares de glaucoma, otro dato clave al que hay que prestar atención a la hora de prevenir la patología, que cuenta con un importante factor hereditario.

De igual modo, el 25% de los pacientes con índices de PIO por encima de la media se han sometido previamente a alguna cirugía ocular, otro factor de riesgo a considerar. Por lo que se refiere al género de los pacientes con PIO elevada, un 57% son mujeres y un 43%, hombres. Si bien se han dado más casos de mujeres en riesgo que de hombres en esta campaña, los especialistas de Miranza afirman que el glaucoma afecta indistintamente a ambos sexos.

Amadeu Carceller, responsable de la Unidad de Glaucoma de Hospital Quirónsalud Barcelona, coincide en remarcar la importancia de la prevención aprovechando la visibilidad del Día Mundial del Glaucoma. Por su experiencia, *“los pacientes que tienen familiares con glaucoma ya están alerta y están más sensibilizados con las revisiones periódicas. Por eso, es importante incidir en que todos somos susceptibles de padecer glaucoma, olvidémonos del factor hereditario porque sería un error. Es determinante que tengamos presente la enfermedad y que realicemos una visita anual a nuestro oftalmólogo. Es la única manera de diagnosticarla a tiempo”*. Y añade: *“Un tercio de los pacientes que llegan a consulta están en esta fase avanzada con afectación en mayor o menor grado en la visión, por ello es vital la detección precoz”*.

La detección temprana mediante revisiones anuales es crucial para prevenir una pérdida irreversible de la visión. Algunos de los indicadores más comunes son la visión borrosa, pérdida del campo visual, dolor ocular o halos alrededor de las luces. Así, los expertos de Quirónsalud advierten que, aunque el glaucoma puede controlarse si se diagnostica en etapas tempranas, es fundamental realizar visitas periódicas con el especialista para evitar un deterioro funcional permanente. En la forma más frecuente del glaucoma, es posible que se pierda hasta un 40% de la visión sin que los pacientes perciban cambios significativos. A medida que la enfermedad progresa, es común experimentar una pérdida de visión en los campos laterales (periférica), visión de túnel o la aparición de manchas en la vista.

Técnicas innovadoras en tratamientos y cirugías

Pero, ¿en qué consiste la prueba para su detección y cuándo realizarla? En la Unidad de Glaucoma de Hospital Quirónsalud Barcelona, detallan, la evaluación inicial se lleva a cabo mediante la tonometría, que consiste en la medición de la presión intraocular y la evaluación de la papila óptica.

Si se identifica una hipertensión, signo distintivo del glaucoma o se sospecha lesión de la papila óptica, se procede con otras pruebas diagnósticas como la Tomografía de Coherencia óptica de la papila y la Campimetría Visual para determinar la etapa evolutiva de la enfermedad. A partir de ese punto, el médico especialista prescribe un tratamiento para reducir la presión ocular y detener la progresión de la enfermedad.

Por un lado, las conocidas como técnicas MIGS (*Minimally Invasive Glaucoma Surgery*) son nuevos procedimientos de cirugía del glaucoma que logran una reducción eficaz y segura de la presión intraocular. Es mínimamente invasiva para el paciente, a partir de la implantación de unos pequeños dispositivos de drenaje. Estos implantes permiten controlar la presión intraocular favoreciendo la salida del humor acuoso del ojo, a través de tubos que van desde la cámara anterior del ojo hasta el espacio subconjuntival (como el implante PreserFlo o Xen) o el espacio supracoroideo, o bien desde la cámara anterior hasta el canal de Schlemm (por ejemplo, el implante iStent injectW). Mediante la técnica de cirugía filtrante de glaucoma (trabeculectomía o bien Glaucln esclerectomía profunda no perforante), o bien a través de la implantación de dispositivos valvulares, que es otra opción, se pretende favorecer el drenaje del humor acuoso y, por tanto, controlar la presión intraocular, estabilizándola durante las 24 horas del día y evitando fluctuaciones. Se llaman técnicas filtrantes porque lo que hacen es ayudar a “filtrar” el líquido intraocular (humor acuoso) en su flujo de salida del ojo, creando nuevas vías de desagüe del mismo.

Uno de los proyectos más destacados de la Fundación de Investigación Oftalmológica (FIO), auspiciada por el Instituto Oftalmológico Fernández-Vega, consiste en la identificación de biomarcadores de esta patología, a través de un abordaje integral. En concreto, esta línea de investigación contempla el estudio epigenético, combinado con la información genética de la población estudiada, para promover nuevos abordajes que posibiliten un diagnóstico precoz del glaucoma.

De igual modo, se evalúan posibles alteraciones de elementos esenciales a nivel sistémico y se contempla la integración de los datos mediante biología de sistemas y herramientas bioinformáticas que contribuya a la comprensión, diagnóstico y manejo personalizado de la enfermedad.

“El proyecto pretende mejorar el manejo del glaucoma mediante la investigación traslacional con objeto de cambiar los planteamientos clásicos de diagnóstico y tratamiento de patologías oculares con componente hereditaria, hacia un abordaje de medicina y cirugía personalizada”, apunta Andrés Fernández-Vega. No en vano, el desarrollo de esta línea de investigación implica un enfoque multidisciplinar integrado que proporcionará una visión exhaustiva de la etiología del glaucoma y contribuirá

al estudio multiparamétrico individualizado de pacientes con esta enfermedad.

“Las aplicaciones clínicas de la genética y epigenética oftalmológica van en aumento debido a los continuos avances en el conocimiento de las causas moleculares de las enfermedades oculares y a la aparición y adaptación de nuevas tecnologías”, asegura el doctor.

Envejecimiento saludable a todas las edades

Por todo ello, y a pesar de lo que comúnmente se cree, el glaucoma es una patología que puede afectar a toda la población. Pero al mismo tiempo, existen determinados factores de riesgo frecuentes que aumentan las probabilidades de desarrollar esta enfermedad.

En este sentido, la OMS ha establecido la década del Envejecimiento Saludable (2021-2030), con el objetivo de subrayar la importancia de abordar aspectos clave de la salud, incluida la salud visual, para promover el bienestar en la vejez. En este contexto, desde del Instituto Oftalmológico Fernández-Vega resaltan la conexión entre el glaucoma y un envejecimiento saludable, insistiendo en la necesidad del cuidado preventivo para evitar el desarrollo de este tipo de enfermedades.

Algunas de las recomendaciones que dan los expertos de esta institución son, en primer lugar, practicar ejercicio de forma regular. Igual de importante es llevar una dieta nutritiva en la que se incluyan frutas, verduras y alimentos ricos en antioxidantes, como son aquellas de color verde, naranja y amarillo. Y, por supuesto, evitar el consumo excesivo de alcohol y tabaco. Conviene, asimismo, proteger los ojos usando gafas de sol que bloqueen los rayos UV y utilizar protección ocular adecuada durante actividades que puedan representar un riesgo de lesiones oculares. Y reducir el estrés, ya que puede aumentar la presión intraocular.

En resumidas cuentas, “a día de hoy, tenemos la posibilidad de frenar la progresión del glaucoma e hipertensión arterial desde estadios muy iniciales”, afirma **Lucía Perucho**, especialista en Glaucoma de Miranza Mallorca. A esto añade que “las diferentes técnicas disponibles en la actualidad permiten que los pacientes diagnosticados hace años con mal pronóstico conserven la visión a largo plazo y para toda la vida”. No obstante, concluye, la detección temprana de estas enfermedades será clave para prevenir una mayor pérdida de la visión y aplicar el tratamiento más adecuado en cada caso. ■

**ES UNA ENFERMEDAD “MUY
INFRADIAGNOSTICADA”, PUES SOLAMENTE
CUANDO ESTÁ EN ESTADO AVANZADO SE
APRECIAN SÍNTOMAS**