

## Salud ocular: cuerpos flotantes en tu vista – en qué caso debes preocuparte?

Cualquier persona puede desarrollar esta afección ocular, los cuerpos flotantes son más comunes en las personas con diabetes que han desarrollado **retinopatía diabética** o edema macular diabético. En algunos casos, es posible que no sepas que tienes retinopatía, y el desarrollo de cuerpos flotantes puede ser lo que te lleve a programar un examen de la vista y recibir ese diagnóstico.

### ¿Qué son los cuerpos flotantes?

Los cuerpos flotantes pueden ser de muchas formas diferentes, incluyendo manchas, círculos, líneas o telarañas que aparecen en tu vista.

Lo que en realidad ves es una sombra que se proyecta en la retina, posiblemente de un grupo de células, una acumulación de líquido vítreo filtrado o sangre filtrada de vasos sanguíneos dañados.

Podrías notar que los cuerpos flotantes se mueven con tu vista y pueden hacer que la lectura sea muy tediosa y frustrante a veces.

Si bien algunos cuerpos flotantes pueden ser inofensivos y temporales, para las personas con diabetes pueden ser una señal de un problema más importante en los ojos y no es algo que debas ignorar.

### ¿Qué causa los cuerpos flotantes?

Los cuerpos flotantes son comunes en personas con diabetes que:

- tienen retinopatía
- tienen edema macular u otros problemas de hinchazón
- se han sometido a una cirugía de cataratas
- tienen miopía



Si los cuerpos flotantes son el resultado de una complicación ocular relacionada con la diabetes, es importante trabajar con tu equipo de atención médica para mejorar tus niveles de glucosa (azúcar) en sangre, mantener una A1C de menos del 7% y seguir el tratamiento para esa afección ocular específica.

### ¿Los cuerpos flotantes son permanentes o temporales?

Depende. Algunos cuerpos flotantes pueden aparecer y desaparecer, pero si están relacionados con problemas continuos en los ojos, como la retinopatía o el glaucoma, pueden permanecer mucho más tiempo o estar presentes durante meses o años. En cualquier caso, la mayoría de los cuerpos flotantes se vuelven menos visibles a medida que pasa el tiempo.

### ¿Cuándo debes preocuparte por los cuerpos flotantes?

Hay varios factores que debes tener en cuenta que determinan qué tan alarmado debes estar si se desarrollan cuerpos flotantes en tu visión.

Si vives con diabetes, siempre debes informar la presencia de cuerpos flotantes a tu oculista. Incluso si te han diagnosticado complicaciones oculares y has experimentado cuerpos flotantes anteriormente, el desarrollo repentino de nuevos cuerpos flotantes podría ser una señal de un problema nuevo o el empeoramiento de un problema existente.

También debes comunicarte con tu oculista de inmediato si los cuerpos flotantes van acompañados de destellos de luz. Los destellos de luz pueden significar que has experimentado un desgarro o un desprendimiento de retina que puede amenazar tu vista y requiere tratamiento inmediato.

### ¿Cuál es el tratamiento de los cuerpos flotantes?

Si bien los cuerpos flotantes pueden ser irritantes ya que interfieren con tu vista, la mayoría de las personas no reciben tratamiento a menos que se conviertan en un problema importante para tu capacidad de ver.

En algunos casos, puedes quitar el cuerpo flotante de tu campo visual directo moviendo los ojos hacia arriba, hacia abajo y luego de lado a lado. Esto puede proporcionar un alivio temporal ya que cambia su posición en tu vista.

Hay dos tipos de tratamientos disponibles para los cuerpos flotantes:

- **Vitrectomía:** Una vitrectomía es una cirugía en la retina y se utiliza para eliminar el gel vítreo que causa los cuerpos flotantes
- **Vitreólisis con YAG:** La vitreólisis es un tratamiento con láser que esencialmente elimina el cuerpo flotante y lo rompe en pedazos mucho más pequeños que son menos perceptibles en tu vista. También puede mover los pedazos más lejos de tu campo visual.out of your line of sight.

Los **riesgos asociados con cualquiera de estos tratamientos** son lo suficientemente graves como para que la mayoría de los oculistas no recomienden el tratamiento de los cuerpos flotantes. En cambio, puedes reducir el desarrollo de cuerpos flotantes enfocándote en el tratamiento de otras afecciones oculares existentes con tu oculista y mejorando tus niveles de glucosa (azúcar) en sangre con el apoyo de tu equipo de atención médica.