



Folheto Informativo sobre Degeneração Macular Relacionada à Idade

O que é a Degeneração Macular Relacionada à Idade (DMRI)?

A Degeneração Macular Relacionada à Idade (DMRI) é uma condição ocular comum que afeta a mácula - a parte do olho que ajuda a ver os detalhes finos no centro da visão. Geralmente se desenvolve após os 50 anos e é mais comum em pessoas com familiares que já tiveram a condição. A DMRI pode dificultar a leitura, o reconhecimento de rostos ou a condução.

Tipos de DMRI

Existem dois tipos principais:

- DMRI seca (o tipo mais comum)
- Isso acontece quando a parte do olho que ajuda a ver claramente no centro da visão se desgasta lentamente ao longo do tempo. Isso pode dificultar a leitura, o reconhecimento de rostos ou a visualização de detalhes finos.
- DMRI úmida (menos comum, mais séria)
- Isso acontece quando novos vasos sanguíneos não saudáveis crescem na parte de trás do olho e vazam fluidos ou sangue. Pode causar perda de visão mais rápida se não for tratada.

Quais são os sintomas?

- Visão embaçada ou desfocada no centro
- Linhas retas podem parecer curvas ou onduladas
- Dificuldade para ler ou reconhecer rostos
- Uma mancha escura ou em branco no centro da visão

A visão periférica geralmente não é afetada. A DMRI muitas vezes começa sem sintomas, portanto, exames oculares regulares são importantes para um diagnóstico precoce.

Quem está em risco?

Você tem mais chances de desenvolver DMRI se:



- Tiver mais de 50 anos
- Fumar
- Tiver histórico familiar de DMRI
- Tiver pressão alta ou doenças cardíacas
- Consumir uma dieta pobre (baixo em verduras e vitaminas)
- Passar muito tempo no sol sem óculos de sol

Como é diagnosticada?

Seu oftalmologista pode realizar:

- Um exame ocular dilatado para observar a mácula na parte de trás do olho
- Uma tomografia da retina (parte de trás do olho)

Opções de Tratamento

Não há cura para a DMRI, mas o tratamento pode retardar seu progresso e ajudar a manter a visão.

Para DMRI seca:

- Manter uma dieta saudável com verduras e peixes
- Tomar vitaminas para os olhos (com a fórmula AREDS2), se recomendado pelo seu médico
- Parar de fumar
- Usar óculos de sol com proteção UV

Para DMRI úmida:

- O mesmo que para DMRI seca, além de:
- Receber injeções oculares para interromper o vazamento de vasos sanguíneos
- Tratamento a laser é ocasionalmente utilizado

Vivendo com DMRI

- Realizar exames oculares regulares



- Usar boa iluminação, lupas ou dispositivos eletrônicos como tablets que podem ajustar o tamanho e o brilho do texto para ajudar na leitura
- Usar uma grade de Amsler em casa para verificar mudanças na visão
- Perguntar sobre programas de reabilitação visual para ajudar a se adaptar

Perguntas Frequentes

P: A degeneração macular pode causar cegueira?

R: A DMRI pode causar perda de visão central, mas geralmente não leva à cegueira total.

P: As injeções para os olhos doem?

R: A maioria das pessoas sente apenas uma leve pressão. Seu olho é anestesiado antes da injeção.

P: Óculos corrigem a perda de visão?

R: Óculos não corrigem a perda de visão causada pela DMRI. Podem ajudar um pouco, mas não restauram a visão afetada pela DMRI.

Este documento foi revisado pelo Dr. Steve Arshinoff.