



# Hoja de Información sobre la Degeneración Macular Relacionada con la Edad

## ¿Qué es la Degeneración Macular Relacionada con la Edad (DMRE)?

La Degeneración Macular Relacionada con la Edad (DMRE, o AMD por sus siglas en inglés) es una afección ocular común que afecta la mácula, la parte de su ojo que le ayuda a ver los detalles finos en el centro de su visión. Suele desarrollarse después de los 50 años y es más común en personas con familiares que la han tenido. La DMRE puede dificultar la lectura, ver caras o conducir.

## Tipos de DMRE

- DMRE Seca (el tipo más común)

Esto ocurre cuando la parte de su ojo que le ayuda a ver claramente en el centro de su visión se desgasta lentamente con el tiempo. Esto puede hacer que sea más difícil leer, reconocer caras o ver detalles finos.

- DMRE Húmeda (menos común, más grave)

Esto ocurre cuando crecen nuevos vasos sanguíneos no saludables en la parte posterior del ojo que filtran fluido o sangre. Puede causar una pérdida de visión más rápida si no se trata.

## ¿Cuáles son los Síntomas?

- Visión borrosa o confusa en el centro
- Las líneas rectas pueden parecer curvas u onduladas
- Dificultad para leer o reconocer caras
- Un punto oscuro o en blanco en el centro de su visión
- Su visión lateral (periférica) generalmente no se ve afectada. La DMRE a menudo comienza sin síntomas, por lo que los exámenes oculares regulares son importantes para hacer un diagnóstico temprano.



## ¿Quién Está en Riesgo?

Es más probable que tenga DMRE si:

- Tiene más de 50 años
- Fuma
- Tiene antecedentes familiares de DMRE
- Tiene presión arterial alta o enfermedad cardíaca
- Tiene una dieta deficiente (baja en verduras de hoja verde y vitaminas)
- Pasa mucho tiempo al sol sin gafas de sol

## ¿Cómo se Diagnostica?

Su oftalmólogo puede hacer:

- Un examen ocular dilatado para observar la mácula en la parte posterior de su ojo
- Una escáner de su retina (la parte posterior de su ojo)

## Opciones de Tratamiento

No hay cura para la DMRE, pero el tratamiento puede ralentizarla y ayudarle a conservar su visión.

Para la DMRE seca:

- Consuma una dieta saludable con verduras de hoja verde y pescado
- Tome vitaminas para los ojos (con la fórmula AREDS2) si su médico lo recomienda
- Deje de fumar
- Use gafas de sol con protección UV

Para la AMD húmeda:

- Lo mismo que para la DMRE seca, además:
- Reciba inyecciones oculares para detener los vasos sanguíneos que filtran
- El tratamiento con láser se utiliza ocasionalmente



## Vivir con DMRE

- Acuda a exámenes oculares regulares
- Use buena iluminación, lupas o dispositivos electrónicos como tabletas que puedan ajustar el tamaño del texto y el brillo para ayudar con la lectura
- Use una cuadrícula de Amsler en casa para revisar cambios en su visión
- Pregunte sobre programas de rehabilitación visual para ayudarle a adaptarse

## Preguntas Frecuentes

Q: ¿Puede la degeneración macular causar ceguera?

A: La DMRE puede causar pérdida de la visión central, pero por lo general no conduce a la ceguera total.

Q: ¿Duelen las inyecciones oculares?

A: La mayoría de las personas solo sienten una presión leve. Su ojo se adormece antes de la inyección.

Q: ¿Las gafas corregirán la pérdida de visión?

A: Las gafas no corrigen la pérdida de visión debida a la DRME. Pueden ayudar un poco, pero no recuperarán la visión que ha sido afectada por la DMRE.

Este documento fue revisado por el Dr. Steve Arshinoff.