



Farmacéuticos

Consejo General de Colegios Farmacéuticos

Vocalía Nacional de
Óptica Oftálmica y Acústica Audiométrica

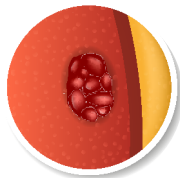
Degeneración Macular Asociada a la Edad (DMAE)

La degeneración macular asociada a la edad (DMAE) es una **enfermedad degenerativa, progresiva y crónica asociada al envejecimiento que destruye gradualmente la visión central** (en la mácula ocular) **y el detalle de las imágenes**. La DMAE afecta a la retina en la zona denominada mácula (zona donde existe mayor capacidad de discriminación visual, es decir, permite obtener imágenes enfocadas y tener visión de detalle) por tanto es la que nos permite ver con claridad y realizar tareas diarias tales como leer y conducir.

La DMAE supone la principal causa de ceguera en mayores de 55 años en los países desarrollados. Existen **dos tipos de DMAE**:

1

DMAE neovascular, húmeda o exudativa



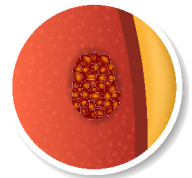
Forma más avanzada y severa de la DMAE que produce **pérdida de visión central muy rápida**.

No consta de etapas y se produce cuando los vasos sanguíneos que hay detrás de la retina provocan hemorragias responsables de la pérdida de visión central.

El síntoma más evidente es que las líneas rectas se ven onduladas. También puede aparecer un punto ciego pequeño.

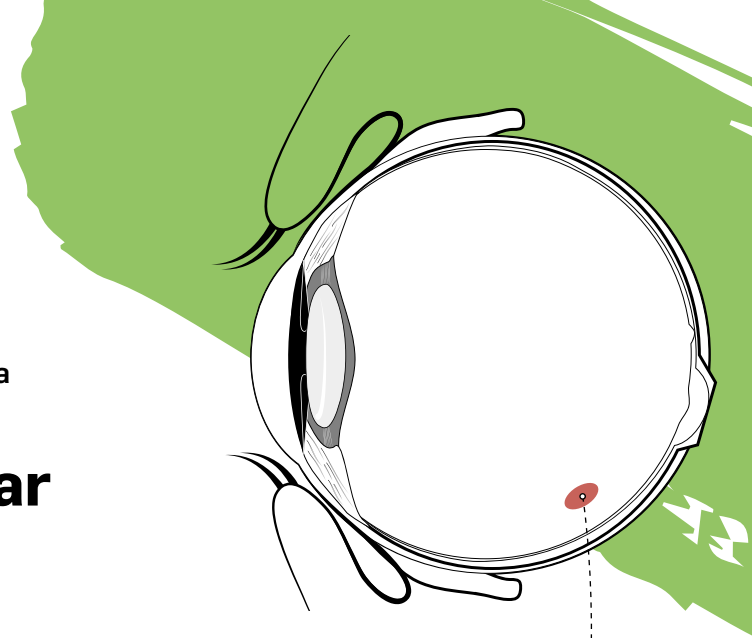
2

DMAE seca o atrófica



Es la forma más común (85% de los pacientes), cursa por diferentes etapas, suele afectar a ambos ojos y provoca una pérdida de visión más gradual y menos severa que la húmeda. Se produce cuando las células sensibles a la luz se van deteriorando poco a poco haciendo que la visión central se nuble gradualmente.

El síntoma más común es la visión borrosa.



Signos y síntomas



Agudeza visual central disminuida.



Mancha fija en la visión central.



Percepción alterada o distorsionada de los objetos.



Disminución de la **visión en color**.



Disminución de la **sensibilidad al contraste**.



Consejo Farmacéutico

- ✓ Visitar a su óptico optometrista una vez al año.
- ✓ Evitar el consumo de alcohol y tabaco.
- ✓ Disminuir la ingesta de grasas, manteniendo una dieta equilibrada.
- ✓ Aumentar el consumo de antioxidantes en la dieta.
- ✓ En caso necesario incluir complementos alimenticios ricos en antioxidantes, Zinc y omega-3.

Causas

- Edad mayor de 50 años y antecedentes familiares.
- Tabaquismo: fumar aumenta de dos a cinco veces la posibilidad de desarrollar DMAE.
- Género: mayor entre mujeres.
- Genética: los caucásicos son más propensos a desarrollar DMAE.
- Exposición solar prolongada.
- Dietas elevadas en grasa, colesterol y alimentos de alto índice glucémico, y baja en antioxidantes y vegetales de hojas verdes.
- Obesidad.
- Presión arterial alta.
- Pigmentación clara de los ojos.
- Inactividad.
- Presencia de DMAE en un ojo.

Cuando acudir al médico

Ante cualquier síntoma mencionado acudir al oftalmólogo.



En casos de pérdida de agudeza visual brusca o en caso de empeoramiento en el test de autocontrol (rejilla de Amsler).