

No pierda de vista la degeneración macular relacionada con la edad

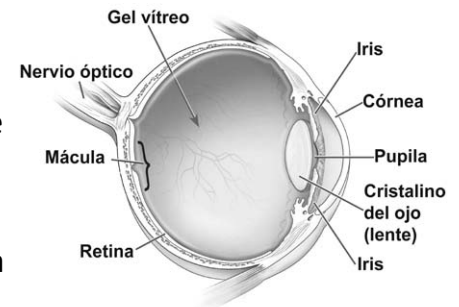


Información para personas en riesgo

1

¿Qué es la degeneración macular relacionada con la edad?

La degeneración macular relacionada con la edad es una de las principales causas de ceguera en los Estados Unidos. La mácula, que está localizada en la parte posterior del ojo, es la que controla la visión central y permite ver con claridad. En algunas personas con degeneración macular relacionada con la edad, la mácula se debilita lentamente causando una pérdida de visión gradual. Para otras personas con esta condición, el crecimiento anormal de los vasos sanguíneos causa que goteen sangre y líquido, lo que podría llevar a una pérdida de visión repentina en uno o ambos ojos.



2

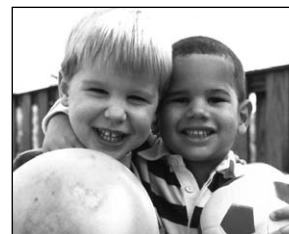
¿Quién tiene más probabilidad de desarrollar la degeneración macular relacionada con la edad?

Las personas mayores de 60 años, tienen mayor probabilidad de desarrollar esta enfermedad. De hecho, las probabilidades aumentan según las personas envejecen. También la pueden desarrollar personas de raza blanca, fumadores, individuos con sobrepeso o aquellas con historial familiar de degeneración macular relacionada con la edad.

3

¿Cuáles son los síntomas de la degeneración macular relacionada con la edad?

Las personas con degeneración macular relacionada con la edad en etapa temprana puede que no noten un cambio en su visión, especialmente si la enfermedad solo afecta un ojo. Por ejemplo, puede que tengan algo de nubosidad que podría mejorar con una luz más brillante. Pero a medida que la degeneración macular relacionada con la edad empeora, quizás les sea más difícil reconocer rostros o ver las palabras en un libro. Las personas con degeneración macular relacionada con la edad avanzada ven las líneas rectas como si estuvieran onduladas y notan que han perdido aún más de su visión central.



Visión normal.



La misma escena vista por una persona con degeneración macular relacionada con la edad.

4

¿Cómo puede saber si tiene degeneración macular relacionada con la edad?

Un oculista le puede decir si tiene degeneración macular relacionada con la edad al hacerle un examen completo de los ojos con dilatación de las pupilas. Durante este examen, le ponen gotas en los ojos para agrandar, o dilatar, las pupilas. Luego el oculista utiliza un lente especial para ver si hay señales de daño en la retina, la capa de tejido en la parte posterior del ojo que es sensible a la luz. Después del examen, su visión puede permanecer borrosa por varias horas. El oculista le puede dar una rejilla de Amsler para que la mire todos los días. Al usar la rejilla de Amsler, las personas con visión normal verán líneas rectas negras con un punto negro en el centro. Pero las personas con etapas avanzadas de degeneración macular relacionada con la edad verán líneas onduladas o borrosas y algunas manchas negras en el medio. Si alguno de estos exámenes presenta problemas en la visión central de una persona, el oculista podría recomendarle un examen para detectar si hay vasos sanguíneos goteando alrededor de la mácula.

5

¿Cómo se puede tratar la degeneración macular relacionada con la edad?

La degeneración macular relacionada con la edad no se puede curar, pero se puede tratar para evitar que empeore. En algunos casos, la visión de las personas puede mejorar. Por eso es importante detectarla temprano para proteger la vista. En la etapa temprana de la enfermedad, los tratamientos incluyen comer alimentos sanos y tomar vitaminas. Pregúntele a su oculista cuáles son las vitaminas más adecuadas para usted. Si se desarrollan vasos sanguíneos anormales, puede que necesite medicamentos para sus ojos o cirugía láser; ambos tratamientos ayudan a detener el crecimiento de los vasos sanguíneos anormales en la retina.

6

¿Qué puede hacer para proteger su visión?

El riesgo de perder la visión por causa de la degeneración macular relacionada con la edad puede disminuirse si sigue estos consejos:

- Hágase un examen completo de los ojos con dilatación de las pupilas por lo menos una vez al año, si tiene 60 años o más.
- Haga ejercicios regularmente y controle su peso.
- Deje de fumar.
- Coma más vegetales de hojas verdes y pescado.
- Mantenga los niveles de la presión sanguínea normales.
- Mantenga los niveles de colesterol bajos.



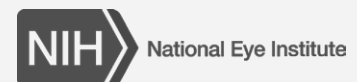
Para más información, comuníquese con
<http://www.nei.nih.gov/health/espanol/maculardegen/index.asp>

Instituto Nacional del Ojo

Institutos Nacionales de la Salud



Un programa de los
Institutos Nacionales de
la Salud



NIH... Transformación de Descubrimientos en Salud®

Revisado en 2013