

## Degeneración macular asociada a la edad

---

### ¿Qué es la DMAE?

La Degeneración Macular Asociada a la Edad (DMAE) es una enfermedad degenerativa que afecta a la mácula, que es la zona central de la retina. Se produce un deterioro de las células que se encuentran en esta zona y por tanto, una pérdida progresiva de la visión central.

La mácula representa solo una pequeña parte de la retina, sin embargo, es la parte más sensible a los detalles, es donde se concentra la mayor parte de nuestro potencial visual.

La DMAE es la principal causa de ceguera legal y de baja visión en nuestro país y en países desarrollados en pacientes mayores de 50 años

### Tipos de DMAE

Existen dos tipos, seca y húmeda:

La **DMAE seca o atrófica** es el tipo más frecuente, afecta al 85% de los pacientes y se caracteriza por un deterioro lento de la visión. Con los años se van acumulando moléculas de desecho bajo la retina, que son tóxicas y producen la atrofia progresiva de las células maculares. Al principio estas áreas de atrofia son pequeñas y distantes entre sí, con los años van coalesciendo hasta afectar a todo el área macular.



La **DMAE húmeda** es menos frecuente pero de una evolución más rápida. Se caracteriza por el crecimiento de nuevos vasos sanguíneos debajo de la retina que provocan filtración de sangre y fluidos.

## Síntomas

Al principio las **líneas rectas comienzan a verse torcidas y onduladas**, y con el paso del tiempo se aprecia una **mancha grisácea** en el centro de la visión. Los pacientes encuentran dificultades en tareas que necesiten precisión, como leer, coser, conducir, reconocer las caras de las personas, etc.

La DMAE tiene un gran impacto en la calidad de vida. A pesar de todo, incluso en fases muy avanzadas, los pacientes suelen mantener la visión periférica y por tanto presentan cierta autonomía.

La enfermedad suele empezar en un ojo, aunque en la mayoría de los casos termina por afectar a los dos. Al principio de la enfermedad, cuando solo está afectado un ojo, es frecuente que el paciente no se dé cuenta a menos que este se haya tapado el ojo sano de forma casual.

El ritmo de deterioro visual es muy variable y no podemos predecir la evolución.

## Factores de riesgo

El factor de riesgo más claro es la edad, también hay un componente genético muy importante. Otros factores de riesgo conocidos son el tabaco e hipertensión.

## Prevención

La DMAE no se puede prevenir porque va ligado al envejecimiento. Sin embargo, pueden recomendarse hábitos saludables como llevar una dieta sana, rica en frutas y verduras, dejar de fumar y controlar la tensión arterial. Además, conociendo los síntomas, una consulta oftalmológica tiempo puede permitir su diagnóstico y tratamiento precoz, mejorando el pronóstico.

## Tratamiento

La DMAE húmeda se trata con inyecciones intraoculares de fármacos antiangiogénicos que bloquean el crecimiento de los vasos sanguíneos anormales. Se suele comenzar con tres inyecciones consecutivas de forma mensual y después se adapta la pauta según la respuesta obtenida. Es importante resaltar que las inyecciones frenan la evolución pero no curan la enfermedad.

Para la DMAE seca no existe un tratamiento eficaz, aunque la administración de complejos antioxidantes podría ralentizar la enfermedad.