

Visión Normal



Visión con Degeneración Macular Relacionada con la edad incipiente.



Visión con Degeneración Macular Relacionada con la edad avanzada.



1. Póngase sus lentes de lectura y sostenga la cuadrícula a una distancia de 30 a 40 cm en un lugar con suficiente luz.

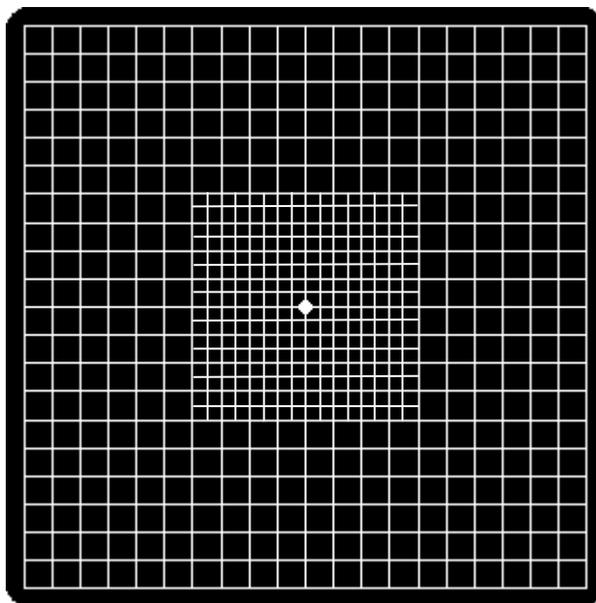
2. Cúbrase un ojo.

3. Vea directamente hacia el punto del centro con el ojo descubierto.

4. Al mirar directamente hacia el punto del centro de la cuadrícula, fijese si todas las líneas de la misma son rectas o si alguna zona está distorsionada, borrosa u oscura.

5. Repita este procedimiento con el otro ojo.

6. Avise de inmediato si observa alguna alteración a su oftalmólogo.



### **Clínica Oftalmológica El Refugio**

Centenario #754 entre carr. San Luís y bola del agua El Refugio, Cd. Fernández, horario de 9:00 a 4:00 hrs. de lunes a sábado Tel. 487 8724649



## **DMRE**

**Degeneración Macular Relacionada con la Edad**

## **ENFERMEDAD OCULAR**

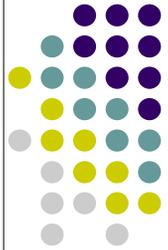
**SILENCIOSA E IRREVERSIBLE**

# **¡QUE A USTED NO LE PASE!**

**MEJOR INFÓRMESE....**

# DMRE

## ENFERMEDAD OCULAR



### SILENCIOSA E IRREVERSIBLE

Degeneración Macular Relacionada con la Edad

#### ¿QUÉ ES LA DMRE?

La Degeneración Macular Relacionada con la Edad es una enfermedad que afecta la a visión central y es causa frecuente de pérdida de visión en personas mayores de 60 años.

El paciente afectado con DRME pierde la visión central pero conserva casi intacta la visión periférica lo que permite ver pero imposibilita realizar tareas específicas como leer y conducir, afectando así su calidad de vida.

Esta enfermedad es la causa más frecuente de mala visión en los adultos mayores.

#### SÍNTOMAS

- ◆ Una parte de la visión central es borrosa
- ◆ Pérdida repentina indolora de la visión, no hay molestia ocular o dolor.
- ◆ Sombras en el centro de la visión.
- ◆ Las líneas rectas pueden aparecer torcidas, inclinadas o desaparecer en algún punto.
- ◆ No se miden bien las distancias ni las alturas.
- ◆ Cada vez se hace necesaria una mayor iluminación para intentar definir los objetos.
- ◆ Se puede ser más sensible a las luces intensas o ver luces inexistentes.
- ◆ Cuando la enfermedad está avanzada se aprecia un parche negro en el centro del campo visual.

#### ¿CÓMO DETECTAR LA DMRE?

El primer paso es acudir inmediatamente al médico oftalmólogo en cuanto se detecte alguno de los síntomas anteriores, la clave es el diagnóstico precoz para conservar la mayor cantidad de visión. La pérdida de la visión central es resultado de no realizarse un examen de la vista a tiempo.

La Degeneración Macular Relacionada con la Edad no tiene cura pero se puede detener o retrasar, un tratamiento a tiempo puede salvar su vista.

#### MEDIDAS PREVENTIVAS

- ◆ Protéjase siempre de la luz solar con gafas que filtren la luz ultravioleta, muy dañina para la retina.
- ◆ Siga una alimentación rica y equilibrada en proteínas, azúcares, grasas, vegetales, etc.
- ◆ No fume.
- ◆ Conozca sus antecedentes familiares.
- ◆ Vigile el colesterol, evite los niveles elevados.
- ◆ Cuídese de la hipertensión arterial y todos los factores que supongan un riesgo cardiovascular.
- ◆ Realícese una revisión oftalmológica anual si es mayor de 55 años, tenga o no problemas de la visión.

Los antioxidantes, las vitaminas C y E, el betacaroteno y el Zinc pueden retardar el Desarrollo de la Degeneración Macular Relacionada con la Edad, porque eliminan los radicales libres que se forman como resultado del daño causado por los rayos ultravioleta protegiendo el centro de la visión que se encuentra en la retina. Filtran los rayos de luz y combaten a los radicales libres.