

Una cita con la DMAE



La DMAE es la **Degeneración Macular Asociada a la Edad**, una **enfermedad degenerativa y crónica del ojo**¹, que constituye una de las principales causas de pérdida de capacidad visual grave en **personas mayores de 50 años**.²

Estos son sus síntomas:

Aunque no se manifiestan de forma inmediata, pueden presentarse algunos como:¹³



Visión borrosa



Percepción distorsionada u ondulada de líneas rectas



Puntos ciegos en la visión central

¿Sabes cuáles son sus causas y factores de riesgo?



Edad: se trata de una enfermedad degenerativa^{2,4-6}



Hábitos tóxicos: el consumo de tabaco y alcohol¹



Antecedentes familiares⁷



Obesidad, hipertensión arterial y exposición a radiación ultravioleta⁸



Sexo: es más frecuente en mujeres^{2,9-11}

Un par de consejos y recomendaciones para cuidar tu salud visual:

1

Visitar periódicamente a tu oftalmólogo. Es muy importante pedir **#UnaCitaConTuVista** y llevar a cabo una revisión ocular.

2

Llevar una vida saludable: seguir una **dieta equilibrada y realizar actividad física**, no fumar y evitar el estrés reduce el riesgo de desarrollar la enfermedad.



Te animamos a compartir esta información con amigos y familiares que puedan tener estos síntomas

1. Chopdar A, et al. BMJ. 2003;326:485-88. 2. Coleman HR, et al. Lancet. 2008;372:1835-45. 3. Moutray T, et al. IAPB. 2013. 4. Bressler NM. J Am Board Fam Pract. 2002;15:142-52. 5. Vision Problems in the US. 4th ed. Prevent Blindness America, 2008. 6. Fine SL, et al. NEJM. 2000;342:483-92. 7. Tuo J, et al. Prog Retin Eye Res. 2004;23:229-49. 8. Peeters A, et al. Arch Ophthalmol. 2008; 126:1115-4. 9. Ciulla TA, et al. Diabetes Care. 2003;26:2653-64. 10. Klein R, et al. Ophthalmol. 2002;109:1767-79. 11. Klein R, et al. Ophthalmol. 1992;99:933-43.