



Recorte en **color** % de ocupación: **99,02** Valor: **No disp.**

Tirada: **No disp.**

Difusión: **No disp.**

SALUD VISUAL

¿QUÉ ES LA DMAE?
POR ALEXA DIEGUEZ



EPIDEMIOLOGÍA, FACTORES DE RIESGO Y PREVENCIÓN

“La degeneración macular asociada a la edad es una enfermedad multifactorial con cierta prevalencia, ya que afecta al 1,5% de la población general. Sin embargo, a partir de los 60-65 años, este porcentaje se duplica y continúa aumentando hasta superar el 15% en las personas mayores de 85 años. La edad es el factor de riesgo fundamental, por lo que, como es lógico, es una patología en aumento debido al envejecimiento de la población”, explica el doctor Alvaro Fernández-Vega. Por otra parte, es más común en la raza blanca y en las mujeres. Más allá de la edad, se ha demostrado que el tabaquismo es también un factor causal,

con una influencia directa: los fumadores activos tienen entre tres y cuatro veces más probabilidades de desarrollar la enfermedad y de que esta evolucione más rápidamente, por lo que dejar de fumar es una de las primeras normas de la prevención secundaria, posterior al diagnóstico. Además de alterar la circulación de los vasos sanguíneos de la retina, uno de los graves perjuicios que causa el tabaco es que contribuye a la oxidación de los tejidos de la mácula, de ahí que también se valore que una alimentación pobre en antioxidantes favorezca la aparición de DMAE, aunque todavía no exista evidencia científica contrastada como

en el caso del hábito tabáquico. Sin embargo, si existen estudios que demuestran cierto efecto protector en la ingesta de suplementos ricos en antioxidantes, fundamentalmente una ralentización en el paso de las formas más leves a las más graves. “Además, la DMAE es una enfermedad crónica y como sucede en otras muchas que afectan a los adultos, existen factores genéticos que predisponen a sufrirla o empeoran su pronóstico”, afirma José María Ruiz Moreno. En consecuencia, se está investigando: “Se relaciona con genes asociados al sistema del complemento, que implican que haya un componente inflamatorio cró-

nico perjudicial para la mácula, por lo que se trabaja para modificarlos, especialmente para poder tratar la forma seca”, resume Fernández-Vega. De momento, no hay resultados concluyentes, pero si hay en la familia antecedentes de esta patología, es muy importante realizar controles periódicos para descartarla. Por último, y volviendo a los factores de riesgo ambientales, existe cierto acuerdo en la necesidad de tener en cuenta la exposición a las radiaciones ultravioletas a lo largo de la vida, ya que un exceso de sol, como ocurre con la piel, podría acelerar los procesos degenerativos propios del envejecimiento, DMAE incluida.

¿EN QUÉ CONSISTE ESTA PATOLOGÍA EN ALZA DEBIDO AL ENVEJECIMIENTO DE LA POBLACIÓN?

Degeneración macular asociada a la edad (DMAE)

Aunque no produce ceguera total, esta enfermedad íntimamente ligada al proceso de envejecimiento, degenerativa y multifactorial, afecta seriamente a la calidad de vida de los pacientes y es causa de discapacidad en su fase severa. Este texto se centra en describir la DMAE. En próximos números de Dinero y Salud, ahondaremos en las opciones terapéuticas.

Lo primero que digo a mis pacientes cuando les presento un diagnóstico de DMAE es que no se van a quedar ciegos. Esta afirmación es clave para evitar que se asusten mucho, ya que algunas personas creen lo contrario”, explica el doctor **Álvaro Fernández-Vega, subdirector médico del Instituto Oftalmológico Fernández-Vega**

de Oviedo. La degeneración de la mácula, una pequeña parte de la retina de apenas tres milímetros de diámetro y encargada de la visión central, es propia del envejecimiento y, efectivamente, asusta a quienes comienzan a notar sus síntomas. De ahí que sea importante indicar que únicamente implica ceguera total en contadísimas ocasiones, ya que se conserva la visión pe-

nerférica. “Lo que ocurre es que conlleva un importante deterioro a la visión cercana como a la lejana y puede provocar que algunas actividades, como enhebrar una aguja o leer, resulten difíciles o imposibles de realizar. En definitiva, provoca una reducción de la calidad de vida del paciente, afectando a su día a día”, explica el profesor **José María Ruiz Moreno, director médico de la Unidad de Retina de Clínica Baviera.** Esa merma de la calidad de vida y, sobre todo, la discapacidad que implica en sus fases avanzadas, convierten a la degeneración

oscuridad en la parte central de la visión. La DMAE afecta tanto a la visión cercana como a la lejana y puede provocar que algunas actividades, como enhebrar una aguja o leer, resulten difíciles o imposibles de realizar. En definitiva, provoca una reducción de la calidad de vida del paciente, afectando a su día a día”, explica el profesor **José María Ruiz Moreno, director médico de la Unidad de Retina de Clínica Baviera.** Esa merma de la calidad de vida y, sobre todo, la discapacidad que implica en sus fases avanzadas, convierten a la degeneración

macular en un importante revés para quienes la sufren. “En España y los países de nuestro entorno es la principal causa, aunque infrecuente, de ceguera legal –que implica que, incluso con corrección, la agudeza visual es menor o igual al 10% y el campo visual menor o igual a 10°–, así como, más a menudo, de baja visión –con una agudeza que va del 12,5 al 30% y un campo menor o igual a 30°–”, continúa el Dr. Ruiz Moreno.

SÍNTOMAS SILENTES

El principal problema de la DMAE es que el paciente nota los primeros síntomas claros cuando la patología ya está desarrollada. Conviene, por tanto, adquirir la sana costumbre de acudir al oftalmólogo periódicamente para revisar el estado de la retina o, como se dice comúnmente, el fondo de ojo. Con el paso de los años, a partir de los 45-50 y de forma paulatina, la retina se degenera

en cierta medida en todas las personas. Aparecen las drusas, o depósitos de residuos celulares, que el cuerpo no puede eliminar a través de los vasos sanguíneos y se van almacenando. “Las drusas de menor tamaño se consideran parte del envejecimiento normal, muchas personas las tienen y no necesariamente implican que el proceso vaya a desembocar en DMAE –explica Álvaro Fernández Vega–. Sin embargo, no es extraño descubrir por sorpresa, en una revisión rutinaria, que las retinas de un paciente ya han desarrollado drusas de tamaño medio, una señal de alarma que indica que ya estamos ante una DMAE en fase precoz”. A partir de ese momento, pueden pasar varios

años hasta que aparezcan los síntomas clínicos de la enfermedad, que coinciden con la existencia de drusas grandes. Pero muchas personas no acuden al oftalmólogo hasta que tienen síntomas evidentes: “Debemos sospechar que podríamos sufrir DMAE si percibimos los contornos de los objetos de forma distorsionada, vemos las líneas torcidas o aparecen manchas negras en el campo de visión central (escotomas)”, advierte el profesor José María Ruiz Moreno.

TIPOS DE DMAE

Se ha establecido que existen dos tipos de DMAE: la seca o atrófica y la húmeda o exudativa. “La seca, que produce lo que llamamos atrofia geográfica,

se debe al envejecimiento y el adelgazamiento de los tejidos de la mácula, que provoca alteraciones en el epitelio pigmentario (capa de células de la parte exterior de la retina) que terminan por destruir la mácula –cuenta José María Ruiz Moreno–. Es más frecuente, más del 85% de los casos, pero su evolución es muy lenta”. Por el contrario, la DMAE húmeda “es mucho más rápida y el paciente puede notar los síntomas casi de la noche a la mañana. Se produce porque el cuerpo inicia un mecanismo de cicatrización, que cristaliza en forma de nuevos vasos sanguíneos que proliferan en la parte posterior del ojo, son muy tóxicos para la retina y producen fluidos o hemorragias incluso severas, especialmente en pacientes anticoagulados. Es menos frecuente, un 10-15%, pero puede evolucionar hacia fases severas en cuestión de meses”, concluye Fernández-Vega.

Las revisiones oftalmológicas periódicas se aconsejan a partir de los 50 años, especialmente si hay DMAE en la familia

La mácula está encargada de la visión central, de la definición: nos permite distinguir los detalles de las cosas