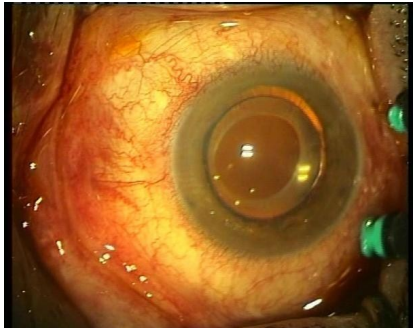


DEGENERACIÓN MACULAR ASOCIADA A LA EDAD



¿Qué es?
La Degeneración Macular Asociada a la Edad es una enfermedad degenerativa de la zona central de la retina, o mácula, que provoca un deterioro progresivo de las células retinianas y produce una pérdida de visión central. Representa la primera causa de ceguera entre las personas mayores en países desarrollados.

Causas

La edad es el principal factor de riesgo, aunque existen otros desencadenantes como el tabaco, la predisposición genética, la hipercolesterolemia, la hipertensión y la exposición solar, entre otros.

Síntomas

Los enfermos de DMAE van perdiendo progresivamente la visión central, lo que origina dificultades para leer, escribir, conducir, coser, o realizar otras tareas de precisión, y reconocer rostros.

Tratamiento

La DMAE húmeda se intenta controlar con fármacos intravítreos antiangiogénicos, que tienen la función de frenar el crecimiento de los vasos sanguíneos. Para la DMAE seca no existe todavía un tratamiento eficaz.

Prevención

Las principales medidas preventivas son seguir una dieta sana, no fumar, hacer ejercicio y someterse a revisiones oculares periódicas a partir de los 50 años. Además, si hay antecedentes familiares, es aconsejable someterse a un test genético para medir el riesgo de DMAE.

RETINOPATÍA DIABÉTICA

¿Qué es?

La retinopatía diabética es la enfermedad vascular más frecuente de la retina. Se origina por el daño producido en los vasos retinianos a causa de la descompensación metabólica de la diabetes y comporta una pérdida de visión que puede ser muy importante. Es una de las complicaciones más frecuentes de los pacientes con diabetes y la primera causa de pérdida severa de visión en edad laboral en los países occidentales.

Causas

Además de la diabetes, existen otros factores que influyen negativamente, como la obesidad, el tabaquismo o el sedentarismo.

Síntomas

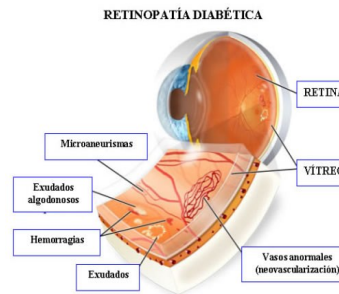
Con frecuencia, el paciente no es consciente de la enfermedad hasta que el daño es severo.

Tratamiento

Los tratamientos actuales – fotocoagulación con láser, inyecciones intravítreas o vitrectomía – logran detener la evolución de la enfermedad y, en ocasiones, recuperar la visión perdida.

Prevención

La población diabética debe realizar un control estricto de su enfermedad y someterse a revisiones periódicas de la retina. También es conveniente controlar el peso, no fumar y realizar ejercicio.



Bibliografía

- Fundación IMO. (2012). Edad y Visión: Guía de Prevención de la Salud Ocular en la Madurez. España.

Comité editor:

Revisado por: Lcdas. Carolina Guzmán Quilo, Magda Hernández de Baldetti, Estefanía González Alvarez.

Boletín No. 2 - 2014

Centro Nacional del Programa Salud, Trabajo y Ambiente en América Central (SALTRA)

Departamento de Toxicología

Facultad de Ciencias Químicas y Farmacia
Universidad de San Carlos de Guatemala

Tel: (502) 22513560, (502) 22300807

Correo: soasaltrausac@gmail.com

www.saltra.una.ac.cr www.una.ac.cr



**PRINCIPALES
ENFERMEDADES
OCULARES
RELACIONADAS
CON LA EDAD**



Esta publicación ha sido posible gracias a la asistencia de la Unión Europea. Su contenido es responsabilidad exclusiva del Programa SALTRA y de ninguna forma se debe considerar como punto de vista de la Unión Europea.

EDAD Y VISIÓN



Los problemas de la visión afectan a más del 75% de la población mundial.

Según la OMS, se calcula que en el mundo hay 39 millones de personas ciegas y 246 millones con baja visión, unas cifras que, de confirmarse las previsiones del mismo organismo, alcanzarán un volumen alarmante en 2020, con 76 millones de personas ciegas.

Por su gravedad y prevalencia, entre las patologías oculares que más pueden afectar a la visión y a la calidad de vida de las personas mayores destacan la Degeneración Macular Asociada a la Edad (DMAE), las cataratas y el glaucoma, así como patologías de la retina vinculadas a enfermedades generales como la diabetes, la hipertensión arterial y la hipercolesterolemia.

La edad es, sin duda, un factor de riesgo en el desarrollo de estas enfermedades, pero no el único, ya que se trata de patologías multifactoriales. La clave está en minimizar los factores de riesgo evitables, como controlar la diabetes, la hipertensión o el colesterol y adoptar hábitos que reduzcan sus efectos nocivos o incluso que prevengan su aparición, como el cuidado de la alimentación, el ejercicio físico y el abandono del tabaco. Llevar una vida sana ayuda a prevenir enfermedades generales y sus efectos nocivos para el sistema ocular, especialmente para la retina.

CATARATA

¿Qué es?

La catarata es la pérdida de transparencia del cristalino, la lente natural del ojo que se encuentra detrás de la pupila.

Es la primera causa de ceguera en países en vías de desarrollo y es la patología ocular con mayor número de operaciones en los países desarrollados.

Causas

El envejecimiento es la principal causa de la catarata porque, con los años, el cristalino se vuelve más opaco.

Síntomas

Provoca visión borrosa (en ocasiones, doble), deslumbramiento o fotofobia, cambios frecuentes en la graduación y en la dioptrías en los miopes a partir de los 50 años, dificultades para ver con poca luz y para percibir el relieve y los colores.

Tratamiento

Es reversible con cirugía, la facoemulsificación, una opción a tener en cuenta si la catarata provoca dificultades en la lectura, conducción, o interferencias en el estilo de vida.

Prevención

La catarata no se puede prevenir, pero se puede detectar mediante revisiones oculares anuales a partir de los 60 años.



¿Qué es?

El glaucoma engloba un grupo de enfermedades que provocan una creciente pérdida de fibras nerviosas del nervio óptico, que une el ojo al cerebro. Al principio provoca una pérdida periférica de visión, que poco a poco va avanzando hacia la visión central. De no tratarse, acaba destruyendo todas las fibras nerviosas del nervio óptico y el paciente pierde completamente la visión. Es la segunda causa de ceguera en el mundo. Se la considera responsable de cerca del 20% de los casos de pérdida de visión.

Causas

Normalmente se produce por un aumento de la presión intraocular, aunque también puede estar asociada a otros factores, como una presión arterial baja, otras enfermedades vasculares o a alta miopía.

Síntomas

La mitad de los pacientes con glaucoma no sabe que lo tiene porque generalmente no produce síntomas evidentes hasta que ya se ha perdido cerca del 80% del campo visual. La pérdida de visión periférica puede ocasionar tropiezos, golpes o caídas frecuentes (el riesgo de caídas de los pacientes de glaucoma es cuatro veces mayor).

Tratamiento

Existen distintos tratamientos cuyo objetivo principal es rebajar la presión intraocular, básicamente colirios, láser y cirugía, que pueden frenar el avance de la enfermedad, pero no devuelven la visión perdida.

Prevención

Como el glaucoma no ofrece síntomas, la mejor estrategia preventiva es la revisión ocular periódica. Se recomienda que las personas mayores de 60 años o con otros factores de riesgo importantes, como presión intraocular alta, antecedentes de glaucoma o raza negra, visiten al oftalmólogo anualmente y que el resto de población se someta a exámenes completos cada dos años, a partir de los 40.

