



Entendendo a

*Degeneração Macular
Relacionada à Idade
(DMRI)*

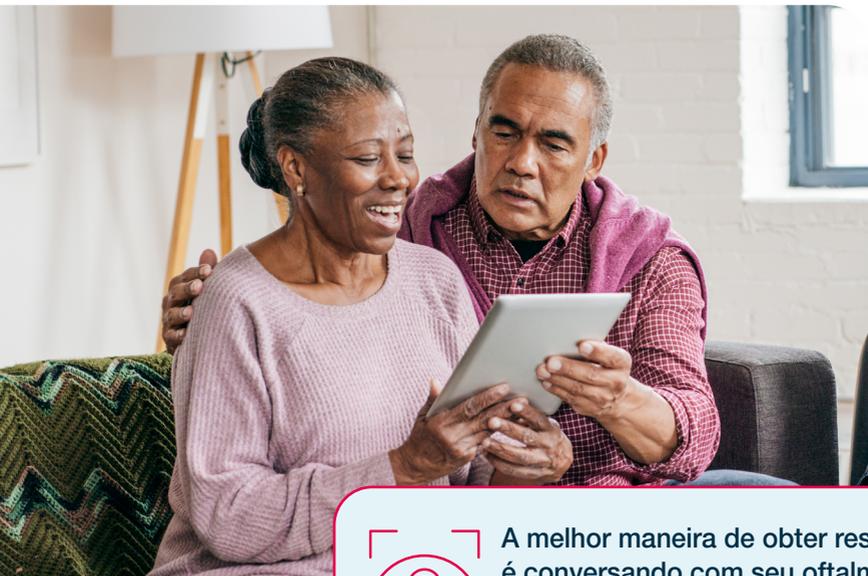


Se é Bayer, é bom

Introdução

A DEGENERAÇÃO MACULAR RELACIONADA À IDADE É A CAUSA MAIS COMUM DE PERDA DA VISÃO EM PESSOAS ACIMA DE 50 ANOS.^{1,2}

Este livreto o ajudará a conhecer mais sobre esta doença e entender como lidar com ela. Embora atualmente não haja uma cura para DMRI, o acompanhamento e tratamento médico, além de mudanças no estilo de vida, podem ajudar a retardar a progressão da doença.

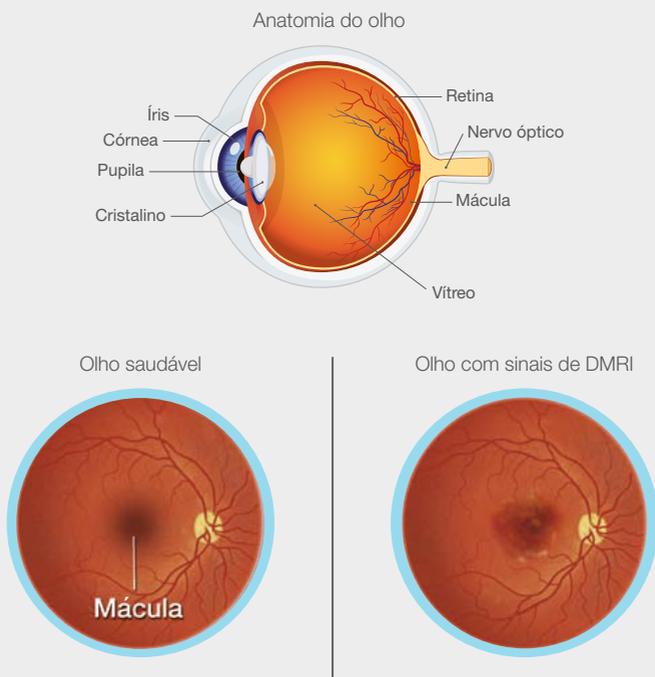


A melhor maneira de obter respostas é conversando com seu oftalmologista sobre qualquer preocupação e eventuais dúvidas relacionadas à saúde ocular.

Entendendo a **DMRI**

A degeneração macular é uma doença ocular progressiva que afeta a visão. O nome remete à mácula, que é uma área no centro da retina na parte de trás do olho.

A mácula é responsável pela visão de cores e pela visão central detalhada e nítida. Isso permite que você dirija, reconheça rostos, leia, escreva e faça atividades que exijam boa visão.⁶



Na DMRI, a mácula e a área circundante podem ser danificadas, de forma que você perca sua visão central ao longo do tempo, mas sua visão periférica pode permanecer inalterada.⁶ A doença é indolor e não leva a uma cegueira total.⁷

O que causa a DMRI?

EXISTEM DIVERSOS FATORES QUE PODEM CONTRIBUIR PARA O DESENVOLVIMENTO DA DMRI.^{5,6,7}

São alguns:



IDADE
acima de 50 anos.



HISTÓRICO FAMILIAR
50% de chance de ter DMRI se um parente próximo possuir também.



ESTILO DE VIDA
como fumar e ter uma dieta desequilibrada.



EXPOSIÇÃO
inadequada à luz do sol.

Você pode contribuir com sua saúde ocular fazendo algumas mudanças no seu estilo de vida.



A DMRI é chamada de “relacionada à idade” porque geralmente afeta pessoas com mais de 50 anos, embora as formas herdadas da condição também possam afetar pessoas mais jovens.^{5,7}

As diferenças entre DMRI seca e DMRI úmida

Existem dois tipos de DMRI: seca e úmida.^{5,7}

// **DMRI seca:** esse é o tipo mais comum de DMRI, se desenvolve muito lentamente e causa uma mudança gradual na sua visão central ao longo dos anos.⁷

Cerca de 10-15% das pessoas com DMRI seca desenvolvem a DMRI úmida. Isso ocorre quando vasos sanguíneos anormais começam a crescer e vazam sangue e líquido na área da mácula.

// **DMRI úmida:** pode se desenvolver muito rapidamente, causando sérias mudanças em sua visão central em um curto período de tempo, durante dias ou semanas.⁷

A detecção precoce de qualquer forma de DMRI é crucial para retardar a progressão e recuperar a visão. Os tratamentos atuais visam preservar a visão pelo maior tempo possível. Esteja ciente de que mudanças repentinas na visão podem indicar progressão para DMRI úmida, levando a cicatrizes e perda permanente da visão central.

É importante manter todas as consultas e acompanhamentos com seu médico, para que sua condição clínica seja conduzida adequadamente.^{4,6,7}



Olho saudável



Olho com DMRI

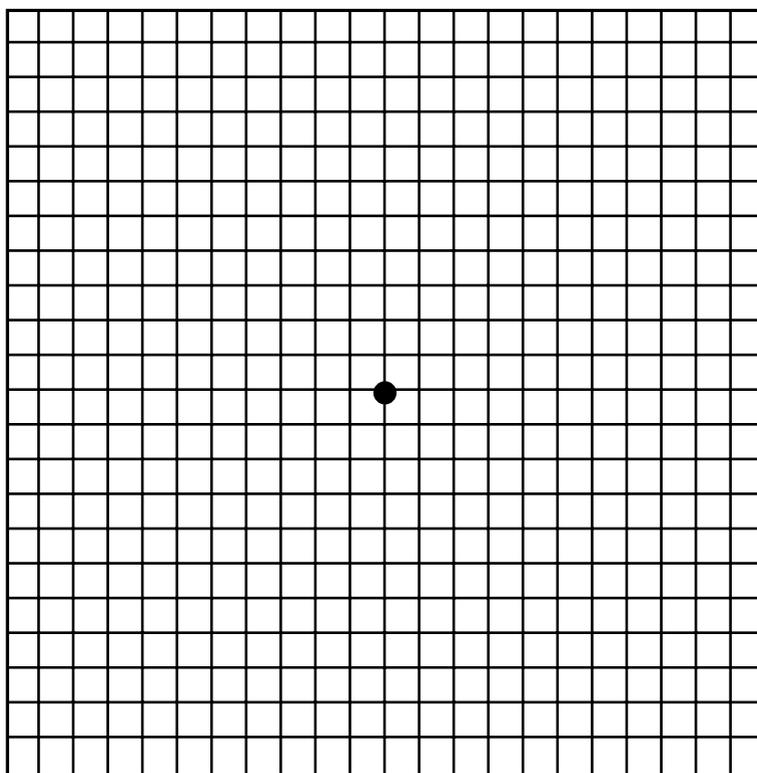
////// O que você pode fazer para cuidar dos seus olhos?

- // Use uma Tela de Amsler para verificar sua visão regularmente e relate qualquer alteração na visão ao seu oftalmologista imediatamente;
- // Mantenha seu peso sob controle e tente se exercitar regularmente com orientação de um profissional;
- // Tenha uma dieta saudável e equilibrada. Inclua alimentos naturais, como frutas e verduras, sempre que possível;
- // Pergunte ao seu oftalmologista se um suplemento dietético pode ser benéfico para você;
- // Não fume. Se precisar de ajuda para parar, pergunte ao seu médico;
- // Proteja seus olhos do sol. Use óculos de sol e/ou chapéu/boné quando estiver ao ar livre.



Tela de **AMSLER**

1. Mantenha a tela a uma distância razoável de você (cerca de 30cm).
2. Cubra um olho de cada vez.
3. Enquanto olha para o ponto central, observe se as linhas da grade parecem retas ou distorcidas, borradas ou se existem linhas ausentes ou pontos cegos.





Se é Bayer, é bom

Este livreto é destinado a fins informativos e não deve substituir a necessidade de procurar aconselhamento médico, nem deve ser a base para o autodiagnóstico ou o tratamento seletivo. Somente seu médico pode lhe fornecer um diagnóstico preciso e um tratamento adequado.

MATERIAL INFORMATIVO DESTINADO AO PÚBLICO EM GERAL.

Referências: 1. American Optometric Association. Age-related macular degeneration. Disponível em: [HYPERLINK "https://saude.novartis.com.br/doencas-da-visao/o-que-e-degeneracao-macular-relacionada-a-idade-dmri/"](https://saude.novartis.com.br/doencas-da-visao/o-que-e-degeneracao-macular-relacionada-a-idade-dmri/) <http://www.aoa.org/patients-and-public/eye-and-vision-problems/glossary-of-eye-and-vision-conditions/macular-degeneration?ss=y> Acesso em julho de 2020. 2. NIH- National Eye Institute. Facts about age-related macular degeneration. Disponível em: [HYPERLINK "https://saude.novartis.com.br/doencas-da-visao/o-que-e-degeneracao-macular-relacionada-a-idade-dmri/"](https://saude.novartis.com.br/doencas-da-visao/o-que-e-degeneracao-macular-relacionada-a-idade-dmri/) https://nei.nih.gov/health/maculardegen/armd_facts Acesso em julho de 2020. 3. American Academy of Ophthalmology. What is macular degeneration? Disponível em: [HYPERLINK "https://saude.novartis.com.br/doencas-da-visao/o-que-e-degeneracao-macular-relacionada-a-idade-dmri/"](https://saude.novartis.com.br/doencas-da-visao/o-que-e-degeneracao-macular-relacionada-a-idade-dmri/) <https://www.aao.org/eye-health/diseases/amd-macular-degeneration> Acesso em julho de 2020. 4. Schmidt-Erfurth U, et al. Guidelines for the management of neovascular age-related macular degeneration by the European Society of Retina Specialists (EURETINA). Br J Ophthalmol 2014;98:1144-1167. Doi:10.1136/bjophthalmol-2014-305702. 5. Cheung LK, Eaton A. Reviews of Therapeutics: Age-related macular degeneration. Pharmacotherapy 2013;33(8):838 -855. Doi: 10.1002/phar.1264. 6. Macular Degeneration About. Disponível em: <https://www.mdfoundation.com.au/content/macular-degeneration-about> Acesso em julho de 2020. 7. Eye Health: Age-related macular degeneration (AMD). Disponível em: <https://www.mib.org.uk/eye-health/eye-conditions/age-related-macular-degeneration-amd> Acesso em julho de 2020.