

# Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Jan 29, 2021

## Degeneração macular

**A degeneração macular é uma condição que pode piorar sua visão. O tipo de que falamos aqui afeta pessoas mais velhas. Geralmente é chamada de degeneração macular relacionada à idade, ou AMD, para abreviar. Não há cura, mas existem tratamentos que podem ajudar. Também há muito que você pode fazer para aproveitar ao máximo a visão que você tem.**

### O que é degeneração macular?

A mácula faz parte da retina — a superfície na parte posterior do olho que é sensível à luz. A mácula ajuda você a ver os objetos diretamente à sua frente em detalhes. A degeneração macular significa que sua mácula está danificada. À medida que o dano piora, ele pode afetar sua visão.

Existem dois tipos de degeneração macular:

Com a **degeneração macular seca**, pequenas manchas amarelas se formam ao redor da mácula. Sua visão piora muito lentamente. Esse é o tipo mais comum de degeneração macular.

Com a **degeneração macular úmida**, pequenos vasos sanguíneos crescem na parte posterior do olho e, com o tempo, vazam sangue e fluido. Sua visão piora mais rapidamente com esse tipo do que com o tipo seco. Em algumas pessoas, a degeneração macular seca pode evoluir para o tipo úmido.

### Quais são os sintomas?

Os médicos costumam falar sobre os estágios da degeneração macular. São degenerações maculares precoces, intermediárias e tardias ou avançadas.

Pessoas com degeneração macular precoce ou intermediária geralmente não apresentam sintomas ou apresentam sintomas muito leves. Mas pessoas com degeneração macular avançada podem ter uma perda de visão bastante severa.

Se você tiver sintomas, poderá achar mais difícil ler, reconhecer os rostos das pessoas ou distinguir detalhes finos. Depois de alguns anos, os objetos no meio da visão podem parecer

## Degeneração macular

embaçados e distorcidos. Eventualmente, essa área central do seu campo de visão pode ficar escura, de modo que você pode não conseguir ver as coisas que estão à sua frente.

### Lidando com a degeneração macular

Seu médico pode ajudá-lo com formas de lidar com isso. Ele ou ela pode sugerir coisas como:

- Usando mais o limite de sua visão
- Experimentando uma iluminação mais brilhante em sua casa
- Usando uma lupa para leitura
- Usando software de computador que torna o texto maior - ou até mesmo software que lê o texto da tela.

### Quais tratamentos funcionam?

Se você tem degeneração macular que não está em um estágio avançado, seu tratamento terá como objetivo retardar o progresso da doença e, com sorte, impedir que ela piore muito.

### Tratamentos para degeneração macular precoce e intermediária

Nos estágios inicial e intermediário, as doenças úmidas e secas são tratadas da mesma maneira.

As primeiras coisas que seu médico sugerirá são mudanças em seu estilo de vida semelhantes às recomendadas se você tiver diabetes ou problemas no coração ou nos vasos sanguíneos.

Isso ocorre porque a degeneração macular afeta os vasos sanguíneos dos olhos. O objetivo é manter um fluxo saudável de sangue nos olhos e evitar danos aos pequenos vasos sanguíneos dos olhos.

Portanto, seu médico recomendará que:

- Se você fuma, você deve parar
- Você segue uma dieta saudável com muitas frutas e vegetais frescos, e não muitos alimentos ricos em amido ou processados
- Você tenta ser o mais ativo possível. Se você é uma pessoa idosa e não tem certeza de que tipo de exercício é aconselhável, converse com seu médico.

Seu médico também pode recomendar que você tome suplementos vitamínicos e minerais específicos que possam ajudar. Mas isso não significa que você tome qualquer suplemento vitamínico e mineral: é importante que você tome os certos. Seu médico lhe dirá exatamente o que você precisa e pode até prescrevê-los para você.

### Tratamentos para degeneração macular úmida avançada

Se os sintomas forem graves apenas em um olho, seu médico pode recomendar que você tome suplementos especiais de vitaminas e minerais, mas em uma dose maior do que na

## Degeneração macular

degeneração macular precoce ou intermediária. A ideia é impedir que a condição piore em seu melhor olho.

Seu médico também pode recomendar que você faça um **ciclo de injeções** nos olhos afetados. Essas injeções são feitas por um oftalmologista chamado oftalmologista. Os medicamentos injetados nos olhos são chamados de inibidores do fator de crescimento endotelial vascular (VEGF).

Se você acha angustiante a ideia de injeções nos olhos, provavelmente não está sozinho. Mas a maioria das pessoas lida bem com esse tratamento. Se você está um pouco alarmado com a perspectiva de receber injeções nos olhos, converse com seu médico, que pode explicar exatamente o que está envolvido.

Essas injeções podem ajudar a retardar o crescimento dos novos vasos sanguíneos que estão afetando sua visão. Se você fizer esse tratamento, provavelmente precisará de várias injeções para começar e, em seguida, uma por mês por vários meses.

Essas injeções podem causar efeitos colaterais em algumas pessoas, como inchaço ou infecções. Seu médico deve discutir os riscos de efeitos colaterais com você antes de fazer esse tratamento.

Às vezes, um tipo de tratamento a laser chamado **terapia fotodinâmica** é usado para destruir vazamentos de vasos sanguíneos no olho. Mas não é adequado para todos.

Outro tipo de cirurgia a laser, chamada **fotocoagulação térmica a laser**, às vezes é usado. Mas isso só é adequado para um pequeno número de pessoas com degeneração macular grave. Também é raramente usado, pois pode causar mais danos aos olhos.

### Tratamentos para degeneração macular seca avançada

A degeneração macular seca severa é muito mais difícil de tratar do que a úmida. Seu médico provavelmente sugerirá que você consulte um especialista.

Assim como acontece com a degeneração macular úmida avançada, se sua condição for grave em apenas um olho, seu médico pode recomendar que você tome suplementos especiais de vitaminas e minerais, mas em uma dose maior do que na degeneração macular precoce. O objetivo é impedir que a condição piore em seu melhor olho.

### O que vai acontecer comigo?

Se você tem **degeneração macular seca**, sua visão provavelmente piorará com o passar dos anos, especialmente no meio da visão. Mas isso geralmente acontece muito lentamente. E é muito raro alguém ficar totalmente cego.

Se você tem **degeneração macular úmida** que se torna avançada, é importante receber tratamento, pois sua visão pode piorar muito rapidamente sem ela. O tratamento pode retardar ou interromper o progresso da doença, e a visão de muitas pessoas melhora.

Os médicos geralmente não conseguem dizer com que rapidez sua visão pode piorar. Mesmo pessoas com degeneração macular avançada geralmente conseguem enxergar bem o suficiente para serem independentes e se locomover.

## Degeneração macular

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em [bestpractice.bmj.com](https://bestpractice.bmj.com). Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: [bmj.com/company/legal-information](https://bmj.com/company/legal-information). A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

