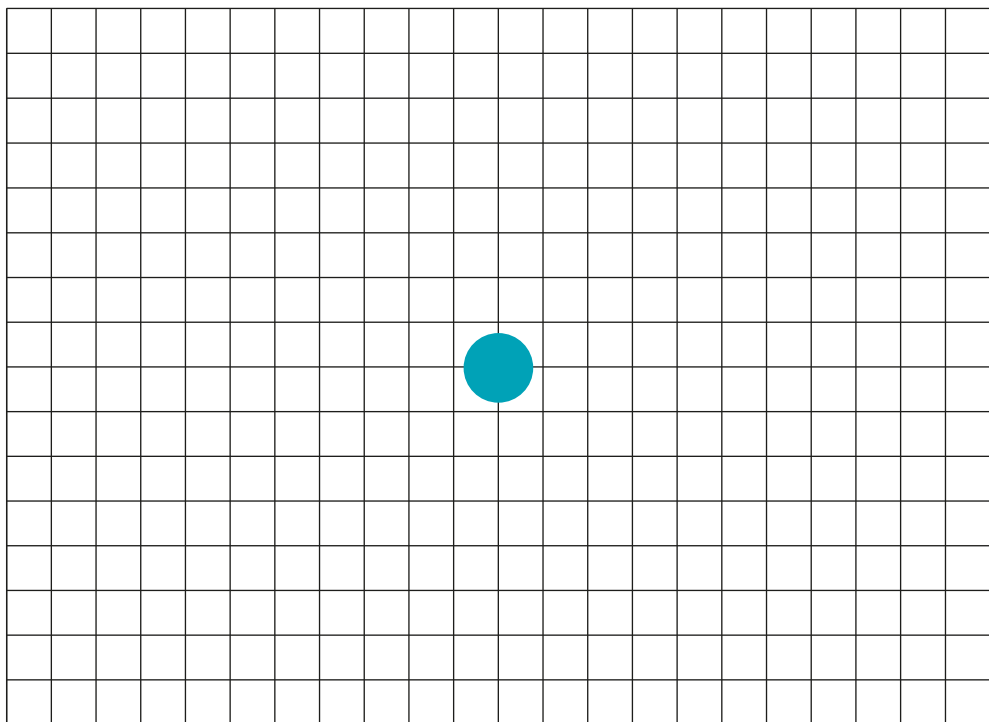


# Si no ves bien esta rejilla, te estás dejando muchas cosas por ver.

Porque este documento incluye **las instrucciones para hacer el test de la rejilla de Amsler**, la prueba oftalmológica más rápida y sencilla para detectar la DMAE o Degeneración Macular Asociada a la Edad.



**Porque tenemos mucho por ver,  
detectar la DMAE a tiempo es clave.**

Descubre cómo hacer el test y más información en

**[www.mucho por ver.com](http://www.mucho por ver.com)**



# Sigue estos sencillos pasos para hacer la prueba.



1. Sitúate a una distancia de **30 cm de la rejilla.**



2. No debes quitarte las **gafas o lentes** si las usas normalmente.



3. **Tápate un ojo** con la mano y mira con el otro al **centro de la rejilla.**



4. **Repite** la operación con el otro ojo.

*Si alguna de las **líneas desaparece** en algún punto o la ves **torcida, borrosa o asimétrica**, consulta con tu oftalmólogo cuanto antes para descartar cualquier alteración en tu vista.*



Recuerda que la rejilla de Amsler **no sustituye la revisión anual de tu visión recomendada a partir de los 50 años** con tu oftalmólogo experto en retina.

**Porque tenemos mucho por ver,  
detectar la DMAE a tiempo es clave.**

Descubre cómo hacer el test y más información en  
[www.mucho por ver.com](http://www.mucho por ver.com)