

CONJUNTIVITIS

La conjuntivitis es una inflamación o infección de la conjuntiva, la membrana de tejido delgada y transparente que recubre la superficie interior del párpado y cubre la parte blanca del ojo. La conjuntivitis, frecuentemente denominada “ojo rojo”, es una enfermedad ocular común que se desarrolla especialmente en los niños. La conjuntivitis puede afectar uno o ambos ojos. Algunos tipos de conjuntivitis pueden ser muy contagiosos y se pueden contraer en las escuelas y en el hogar. A pesar de que la conjuntivitis normalmente es una infección ocular leve, algunas veces se puede convertir en un problema más serio.

La conjuntivitis puede ser causada por una infección bacteriana o viral. También puede ocurrir por una reacción alérgica a agentes irritantes presentes en el aire como el polen y el humo, el cloro de las piscinas e ingredientes de cosméticos u otros productos que entran en contacto con los ojos. Las enfermedades de transmisión sexual como la clamidia y la gonorrea son causas menos comunes de la conjuntivitis.

Las personas con conjuntivitis pueden experimentar los siguientes síntomas:

- Sensación de arenilla en uno o en ambos ojos
- Sensación de picazón o de ardor en uno o en ambos ojos
- Lagrimeo excesivo
- Secreción en uno o ambos ojos
- Párpados hinchados
- Enrojecimiento de la parte blanca de uno o de ambos ojos
- Aumento de la sensibilidad a la luz.

¿QUÉ CAUSA LA CONJUNTIVITIS?



La conjuntivitis alérgica ocurre más comúnmente en personas que ya sufren alergias temporales.

La causa de la conjuntivitis varía según el agente irritante. Existen tres categorías principales de la conjuntivitis: alérgica, infecciosa y química.

CONJUNTIVITIS ALÉRGICA

La **conjuntivitis alérgica** ocurre más comúnmente en las personas que ya poseen alergias temporales. En algún momento, las personas entran en contacto con una sustancia que provoca una reacción alérgica en sus ojos.

La **conjuntivitis papilar gigante** es un tipo de conjuntivitis alérgica causada por la presencia crónica de un cuerpo extraño en el ojo. Esta enfermedad ocurre mayormente en las personas que utilizan lentes de contacto duros, lentes de contacto blandos que no se cambian con frecuencia, en personas que tienen una sutura expuesta en la superficie o en el ojo, o que tienen una prótesis ocular.

CONJUNTIVITIS INFECCIOSA

La **conjuntivitis bacteriana** es una infección mayormente causada por la bacteria estafilococo o estreptococo que proviene de la propia piel o del propio sistema respiratorio. La infección también puede ocurrir por transmisiones de insectos, por el contacto físico con otras personas, por la falta de higiene (tocarse los ojos con las manos sucias), o por el uso de maquillaje para los ojos contaminado y cremas para el rostro.

La **conjuntivitis viral** es más comúnmente causada por los virus contagiosos asociados con el resfrío. El medio principal por el cual se contrae esta enfermedad es por la exposición a la tos o estornudos de personas que tienen infecciones en las vías respiratorias superiores. También puede ocurrir cuando el virus se propaga por las membranas mucosas del propio cuerpo que conectan los pulmones, la garganta, la nariz, los conductos lagrimales y la conjuntiva.

La **oftalmia del neonato** es un tipo grave de conjuntivitis bacteriana que ocurre en los bebés recién nacidos. Es una condición muy seria que puede provocar daño ocular permanente si no se la trata de manera inmediata. La oftalmia del neonato ocurre cuando el bebé es expuesto a la clamidia o a la gonorrea cuando pasa por el canal de parto.

CONJUNTIVITIS QUÍMICA

La **conjuntivitis química** puede ser causada por agentes irritantes como la contaminación del aire, el cloro de las piscinas y la exposición a sustancias químicas nocivas.

¿CÓMO SE DIAGNOSTICA LA CONJUNTIVITIS?



Se puede diagnosticar la conjuntivitis a través de un examen completo de ojos.

La conjuntivitis puede ser diagnosticada a través de un examen completo de ojos. Las pruebas, con especial atención a la evaluación de la conjuntiva y los tejidos que la rodean, pueden incluir:

- **La historia médica** para determinar los síntomas que experimenta el paciente, cuándo comenzaron estos cuándo comenzaron estos síntomas, y la presencia de problemas de salud generales o factores ambientales que puedan contribuir al problema.
- **Mediciones de la agudeza visual:** para determinar hasta qué punto puede estar afectada la visión.
- **Evaluación de la conjuntiva y del tejido externo del ojo** por medio de una luz fuerte y el uso de aumento.
- **Evaluación de las estructuras internas del ojo** para asegurarse de que no existan otros tejidos afectados por la enfermedad.
- **Pruebas complementarias** pueden incluir la extracción de cultivos o frotis del tejido de la conjuntiva, especialmente en los casos de conjuntivitis crónica o cuando la enfermedad no responde al tratamiento.

Con la información obtenida en estas pruebas, su optometra puede determinar si usted tiene conjuntivitis y sugerirle opciones de tratamiento.

¿CÓMO SE TRATA LA CONJUNTIVITIS?

El tratamiento de la conjuntivitis tiene tres objetivos principales:

1. Incrementar el confort del paciente.
2. Reducir o minimizar el curso de la infección o inflamación.
3. Prevenir la propagación de la infección en los tipos contagiosos de conjuntivitis.

El tratamiento apropiado para la conjuntivitis depende de su causa:

- **Conjuntivitis alérgica:** el primer paso debería ser eliminar o evitar los agentes irritantes, de ser posible. Las compresas frías y las lágrimas artificiales alivian a veces la molestia en los casos leves. En casos más graves, se pueden recetar medicamentos antiinflamatorios no esteroides y antihistamínicos. Los casos de conjuntivitis alérgica persistente pueden requerir la utilización de colirios de esteroide tópico.
- **Conjuntivitis bacteriana:** este tipo de conjuntivitis se trata normalmente con gotas oculares antibióticas o ungüentos. La mejora puede ocurrir después de tres o cuatro días de tratamiento, pero se necesita utilizar el curso completo de antibióticos para prevenir la reaparición de la enfermedad.
- **Conjuntivitis viral:** no existen gotas o ungüentos para erradicar el virus de este tipo de conjuntivitis. Los antibióticos no curarán una infección viral. Tal como sucede con un resfrío, el virus sólo tiene que seguir su curso, lo que en algunos casos podría llevar hasta dos o tres semanas. Los síntomas frecuentemente se pueden aliviar con compresas frías y soluciones oftálmicas de lágrimas artificiales. Para los casos más graves, se pueden recetar gotas esteroides tópicas para reducir la molestia de la inflamación, pero no acortan el curso de la infección. Algunos doctores pueden realizar un lavaje ocular con yodo en el consultorio con la intención de acortar el curso de la infección. Este nuevo tratamiento todavía no ha sido bien estudiado, por lo tanto aún no existen evidencias conclusivas que demuestren que es efectivo.
- **Conjuntivitis química:** el tratamiento para la conjuntivitis química requiere un lavado cuidadoso de los ojos con una solución salina y también puede requerir esteroides tópicos. Las heridas químicas más graves son emergencias médicas, especialmente las quemaduras con álcalis, que pueden causar cicatrices profundas, daño intraocular o incluso la pérdida del ojo.

USUARIOS DE LENTES DE CONTACTO



Los usuarios de lentes de contacto pueden necesitar discontinuar el uso de sus lentes mientras la enfermedad esté activa.

Los usuarios de lentes de contacto pueden necesitar discontinuar el uso de sus lentes mientras que la enfermedad esté activa. Su doctor puede aconsejarlo acerca de la necesidad de restricciones temporales del uso de los lentes de contacto.

Si la conjuntivitis se desarrolla a causa del uso de lentes de contacto, su doctor puede recomendarle que cambie a una clase diferente de lentes de contacto o que utilice una solución desinfectante. Su optometrista podría necesitar modificar la receta de sus lentes de contacto por una clase de lentes que puedan cambiarse con mayor frecuencia para prevenir que la conjuntivitis se repita.

CUIDADO PERSONAL

Mantener una buena higiene es la mejor manera de controlar el contagio de la conjuntivitis. Una vez que la infección ha sido diagnosticada, siga estos pasos:

- Evite tocarse los ojos con las manos.
- Lave bien sus manos y de manera frecuente.
- Cambie sus toallas a diario y no las comparta con otras personas.
- Descarte los cosméticos para los ojos, especialmente el rímel.
- No comparta los cosméticos para los ojos o productos de cuidado ocular personal.
- Siga las instrucciones de su doctor sobre el cuidado apropiado de los lentes de contacto.

Usted puede disminuir la molestia de la conjuntivitis bacteriana o viral aplicando compresas tibias en el ojo u ojos afectados. Para hacer una compresa, remoje un paño en agua tibia y escúrralo antes de aplicarlo suavemente sobre sus ojos cerrados.

©2006-11 American Optometric Association. All Rights Reserved.

Para la conjuntivitis alérgica, evite frotarse los ojos. En lugar de compresas tibias, utilice compresas frías para aliviar sus ojos. Existen gotas oculares de venta libre. Las gotas antihistamínicas deberían ayudar a aliviar los síntomas, y las gotas oculares lubricantes ayudan a quitar el alérgeno de la superficie del ojo.

Visite a su optometra cuando sufra de conjuntivitis para ayudarlo a diagnosticar la causa y el curso de acción apropiado.