Conjuntivitis- Hoja informativa

¿Que es la conjuntivitis?

La conjuntivitis, o el “ojo rojo”, es una inflamación del tejido de la conjuntiva, un tejido delgado y transparente que se ubica sobre la parte blanca del ojo y recubre el interior del parpado. Existen diferentes causas de esta inflamación: viral, normalmente causa una descarga liquida del ojo, usualmente aparece junto con una gripe u otros síntomas respiratorios; bacteriana, que suele venir con producción de lagañas; alérgica, que suele ocurrir en ambos ojos y produce una picazón intensa en los ojos, lagrimeo, e inflamación de los ojos, y puede ocurrir junto con otros síntomas alérgicos tales como picazón en la nariz, estornudos, y carraspeo en la garganta; irritantes, los cuales pueden causar que los ojos se pongan aguados y producción de mocos.

¿Cuáles son los síntomas de la conjuntivitis?

Los síntomas de la conjuntivitis incluyen: coloración roja o rosada de la conjuntiva y/o de los parpados; picazón; irritación; ardor; producción de lagañas o pus; costras en los parpados o pestañas, especialmente en la mañana; aumento de la producción de lágrimas; la sensación de tener algo en el ojo, o la urgencia de tocarse los ojos.

¿Como se transmite la conjuntivitis?

Las formas virales y bacterianas de la conjuntivitis se pueden transmitir de persona a persona a través del contacto directo cercano, por ejemplo, al tocar las manos de la persona infectada y luego tocarse los ojos, a través del aire por tos o estornudos, o al tocar objetos o superficies contaminados con los gérmenes que causan la conjuntivitis y luego tocarse los ojos.

¿Por cuánto tiempo son contagiosas las personas infectadas?

Las personas que tienen conjuntivitis pueden infectar a otras mientras sigan teniendo lágrimas y los ojos enmarañados. Los síntomas de la conjuntivitis normalmente se resuelven de 3 a 7 días.

¿Quién puede infectarse de conjuntivitis?

La conjuntivitis es una afección común tanto en niños como en adultos.

¿Hay algún tratamiento disponible para tratar la conjuntivitis?

La mayoría de los casos se resuelven sin necesidad de medicamentos. Sin embargo, los bebes recién nacidos con conjuntivitis deben ir al médico de inmediato. También se recomienda verse con un médico si usted tiene: dolor en los ojos; sensibilidad a la luz o visión nublada; color rojo intenso en los ojos; síntomas que no se mejoran o que se empeoran; el sistema inmune debilitado (ya sea por infección con VIH, por tratamiento contra el cáncer, o por otras condiciones médicas que debiliten el sistema inmune). Si no es necesario ver a un médico, usted puede usar compresas frías y gotas artificiales en los ojos (que se pueden comprar sin receta médica) para ayudar a aliviar algo de la inflamación y resequedad. Se recomienda dejar de usar lentes de contacto hasta que ya no tenga conjuntivitis o hasta que su médico le diga que los puede volver a usar.

¿Se tiene que mantener a las personas infectadas fuera de la escuela, trabajo o centros de cuidado diario?

Si usted tiene conjuntivitis, pero no tiene fiebre o ninguno de los otros síntomas, usted puede seguir yendo al trabajo o la escuela, dependiendo de las reglas internas de la institución. Las escuelas y centros de cuidado diarios usualmente requieren que los niños se queden en casa hasta que no tengan más conjuntivitis.

¿Como puedo protegerme a mí mismo y a mi familia de la conjuntivitis?

Lávese las manos con agua y jabón por 20 minutos, o puede usar un gel antiséptico a base de alcohol (al menos 60%) si no hay agua y jabón disponibles. Evite tocarse o restregarse los ojos con las manos sucias. No comparta artículos como almohadas, trapitos de baño, toallas, gotas para los ojos, maquillaje, u otros artículos que haya usado una persona con conjuntivitis. Si usted tiene conjuntivitis, lávese las lagañas y otros líquidos que le salgan del ojo con las manos limpias varias veces al día, use una toallita mojada limpia o una bolita de algodón fresca, y lave las toallitas usadas con agua muy caliente y detergente, luego lávese las manos de nuevo con agua tibia y jabón.