



■ ¿Qué es la alergia ocular y cómo prevenirla?

En primavera aumenta la cantidad de polen presente en el ambiente, el cual puede causar serias molestias para nuestros ojos. ¿Qué es la alergia ocular? ¿Cómo podemos mantenerla bajo control?

La alergia es una reacción natural del organismo frente a sustancias externas llamadas alérgenos. Estos aumentan durante la primavera pudiendo causar molestias, especialmente a nuestros ojos. La alergia ocular se produce por la irritación de la conjuntiva, la capa más superficial del ojo, que causa picazón y ardor. Es importante saber a qué sustancias se es alérgico para evitar o reducir el contacto con ellas.

■ ¿Qué es la alergia ocular?

La **alergia** es una respuesta natural del sistema inmunológico del organismo ante ciertas sustancias denominadas alérgenos. En la mayoría de los casos las alergias suelen ser inofensivas y solo causan molestias leves en la zona afectada.

Uno de los tipos de alergia más frecuente es la **alergia ocular** o conjuntivitis alérgica, una reacción alérgica del cuerpo en que la conjuntiva, una capa que recubre el ojo, se inflama debido a la exposición a algún alérgeno ambiental. Según datos de la Sociedad Chilena de Oftalmología, ésta afecta a alrededor de un 25% de la población del país siendo uno de los tipos de alergia más frecuentes, especialmente durante la primavera.



A grandes rasgos existen tres tipos de alergia en los ojos. La primera de ellas, la conjuntivitis alérgica aguda, se caracteriza por aparecer súbitamente después de entrar en contacto con algún alérgeno y sus síntomas no suelen durar más de 24 horas. La segunda, la conjuntivitis alérgica crónica o perenne, tiende a causar síntomas durante todo el año. Finalmente, la conjuntivitis alérgica estacional es la más común de todas y presenta una mayor prevalencia durante primavera, desapareciendo durante el resto de las estaciones.

■ ¿Qué causa la alergia en los ojos?

Gran parte de las alergias tienen comportamiento hereditario y se presentan con mayor frecuencia en personas que tienen familiares directos con antecedentes de alergias. Sin embargo, es importante mencionar que los desencadenantes de esta alergia varían de persona a persona pudiendo manifestarse en un individuo y no en otro.

Como se dijo anteriormente, la alergia en los ojos es causada por la exposición a ciertas sustancias que inflaman los vasos sanguíneos presentes en la conjuntiva. Durante la primavera aumenta la cantidad de pólenes circulantes y sustancias que causan estos cuadros como los pastos, plantas y árboles, además del moho y el polvo.

■ ¿Cuáles son los síntomas de la alergia en los ojos?

Los síntomas son fácilmente identificables y pueden incluir picazón intensa o ardor en los ojos, inflamación en los párpados, ojos rojos, lagrimeo u ojos llorosos y en algunos casos la secreción de sustancias viscosas del ojo. Generalmente ambos ojos suelen verse afectados por estos síntomas, aunque es posible que uno de ellos se vea más afectado que el otro.



■ ¿Qué puedo hacer si tengo alergia en los ojos?

La alergia ocular no suele generar complicaciones y es fácilmente tratable. La principal recomendación es evitar las sustancias que causan los síntomas, como el polen, reduciendo la exposición a ellas lo más que se pueda. Para ello se pueden realizar las siguientes acciones:

1. Fomentar la limpieza del hogar
2. Evitar o reducir al máximo la exposición a alérgenos ya conocidos
3. Evitar frotarse los ojos para evitar llevar sustancias alergénicas a los ojos
4. Evitar salir al aire libre en días ventosos, y en caso de ser necesario ocupar mascarilla
5. Informarse sobre los niveles de pólenes atmosféricos presentes en el ambiente
6. Ocupar anteojos o gafas puede reducir las reacciones alérgicas

Si las molestias persisten o las medidas no son suficientes los médicos suelen indicar medicamentos como gotas oftálmicas lubricantes (lágrimas artificiales), las cuales algunas veces cuentan con antialérgicos o antiinflamatorios. En algunos casos el especialista puede recomendar tomar antihistamínicos orales para reducir los síntomas. Es importante manifestar al médico si es que los síntomas persisten para que evalúe y entregue un tratamiento adecuado.

En resumen, la alergia ocular o conjuntivitis alérgica es un tipo de reacción alérgica muy común en primavera, en que la conjuntiva del ojo se inflama o irrita causando molestias debido a la exposición a alguna sustancia alergénica. Los alérgenos más comunes son el polen circulante en el ambiente, además del moho y el polvo. Para prevenir estos cuadros es recomendable evitar o reducir lo más posible el contacto con las sustancias alérgicas conocidas.



**El contenido de este artículo sólo cumple la función de informar, no sustituye ni reemplaza el consejo y/o las órdenes del médico tratante relacionadas con su salud, tratamiento o medicamentos que hayan sido recetados*

■ Referencias

Centro de la Visión Clínica Las Condes. [¿Te pican los ojos? Diagnóstico de alergia ocular](https://www.centrodelavision.cl/BLOG/Listado/Oftalmologia/te-pican-los-ojos-diagnostico-alergia-ocular). 5 de octubre de 2017. <https://www.centrodelavision.cl/BLOG/Listado/Oftalmologia/te-pican-los-ojos-diagnostico-alergia-ocular> (último acceso: 27 de julio de 2018).

MedLine. [Conjuntivitis alérgica](https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001031.htm). 8 de agosto de 2016. <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001031.htm> (último acceso: 27 de julio de 2018).



Bienestarsaval tiene para usted descuento en más de 80 medicamentos

Seleccione marca

Seleccionar marca

Seleccione presentación

Todas

BUSCAR

www.bienestarsaval.cl