



## ■ Dolor o malestar en los ojos, sabe usted ¿Qué es el Ojo seco?

¿Siente los ojos pesados o con ardor? Podría tratarse de una enfermedad multifactorial conocida como Ojo seco, padecimiento que afecta la superficie ocular y se caracteriza por una pérdida de la funcionalidad normal de las lágrimas.

Se conoce como **Ojo seco** toda circunstancia donde existe una mala lubricación del ojo y en la que se ven afectados tanto los párpados como la película lagrimal, la conjuntiva y la córnea. El término **Ojo seco**, hace referencia a todas aquellas situaciones donde hay poca cantidad de lágrimas o bien las lágrimas son de mala calidad.

## ■ ¿Qué es la Película lagrimal?

---

La **Película lagrimal** es una capa líquida muy fina que cubre la superficie del ojo y se compone de:

**1.- Capa grasa:** es producida por unas glándulas que se ubican en los párpados (glándulas de Meibomio). Es la capa más exterior de la película lagrimal y permite suavizar la superficie y reducir la evaporación de las **lágrimas**.



**2.- Capa acuosa o capa intermedia de la película lagrimal:** constituida por lo que conocemos como lágrimas. Esta capa tiene como misión enjuagar el **ojo** y limpiarlo de las partículas o agentes irritantes.

**3.- Capa mucínica:** formada por una especie de “mucus” que permite a la capa acuosa tener una distribución uniforme sobre la **superficie de los ojos** con el fin de mantenerlos húmedos.

## ■ Síntomas del Ojo seco

---

Mientras algunas personas efectivamente sienten sequedad en los ojos, con sensación de arena al pestañar, otros, aunque parezca extraño, pueden incluso tener los ojos llorosos debido a la irritación que produce esta patología. Es común también que las personas con ojo seco sientan incomodidad después de leer o ver televisión y que no puedan mantener los ojos abiertos por mucho tiempo.

Algunos de los síntomas más comunes son:

- Sensación de arenilla en los ojos
- escozor o ardor en los ojos
- Sensación de picazón
- Irritación ocular excesiva
- Exceso de lágrimas
- Molestias al usar lentes de contacto
- Sensación de pesadez en los párpados



## ■ Causas del Ojo seco

---

El Ojo seco es uno de los problemas más comunes de **consulta oftalmológica** debido a las molestias que ocasiona.

Los principales factores de aparición de Ojo seco son:

- Edad: es un padecimiento común en personas mayores de 50 años
- El consumo de algunos medicamentos
- Desórdenes autoinmunes
- La Rosácea, ya que puede alterar la función de las glándulas del párpado
- Ser mujer, ya que tienen mayores probabilidades de desarrollarlo durante el embarazo o la menopausia
- Ambientes con humo o aire acondicionado
- Periodos prolongados frente al computador u otros dispositivos
- Ciertas enfermedades como diabetes que pueden alterar la sensibilidad corneal



## ■ Causas del Ojo seco

---

Cuando los ojos se secan demasiado, es común sentir una sensación de arena e irritación, pero para algunas personas el problema es constante y no solo una molestia transitoria, por lo que es aconsejable seguir un tratamiento médico y evitar la automedicación.

- **Proteja sus ojos en lugares con viento:** puede hacerlo con anteojos de sol, para evitar que la acción directa del viento seque los ojos. Puede pasar lo mismo con ventiladores y secadores de pelo, así que con ambos es importante tener precaución.
- **Evite el humo del cigarrillo:** esto debido que el humo puede irritar los ojos, además de aumentar las posibilidades de desarrollar esta condición.
- **Descanse los ojos con frecuencia:** trabajar frente a un computador, mirar todo el día el celular o ver televisión, puede secar sus ojos ya que la frecuencia del parpadeo disminuye. Es importante hacer una pausa cada 10 minutos para prevenir.
- **Siga siempre las indicaciones de su oftalmólogo:** si le recetaron **gotas para los ojos** o algún medicamento, úselo de acuerdo a la indicación médica pero no se automedique ni cambie la indicación que le dieron.

En suma, el **Ojo seco** es una condición común y de fácil tratamiento. Solo debe ser cuidadoso para evitar que los ojos se sequen o irriten y seguir las indicaciones de su oftalmólogo respecto a las **gotas para los ojos**, su aplicación y frecuencia de uso.



*\*El contenido de este artículo solo 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

Material bibliográfico Laboratorios SAVAL.



## Bienestarsaval tiene para usted descuento en más de 80 medicamentos

Seleccione marca

Seleccionar marca

Seleccione presentación

Todas

**BUSCAR**

**Ingrese a [www.bienestarsaval.cl](http://www.bienestarsaval.cl)**