

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Feb 09, 2024

Conjuntivitis

Si tus ojos se ven rojos y se sienten arenosos, es posible que tengas conjuntivitis. Si sus ojos no comienzan a sentirse mejor después de uno o dos días, debe consultar a su médico, farmacéutico u óptico. Esto se debe a que los ojos rojos y doloridos ocasionalmente pueden significar un problema más grave.

Qué es la conjuntivitis?

La conjuntivitis ocurre cuando el revestimiento del ojo está irritado. Este revestimiento se llama **conjuntiva**. Es un revestimiento fino que cubre el interior de los párpados y los globos oculares.

La conjuntivitis puede ser causada por bacterias o virus. O puede ser una reacción alérgica a cosas como el polvo, la arena y el polen. A veces también puede ser causada por otras cosas, como ciertos productos químicos y problemas con los lentes de contacto.

La conjuntivitis viral y bacteriana se transmite fácilmente de persona a persona. Son comunes entre los niños en edad escolar. Los adultos son más propensos a contraer conjuntivitis si tienen los ojos muy secos.

La conjuntivitis suele desaparecer por sí sola al cabo de unos días.

Cuáles son los síntomas?

Los síntomas de la conjuntivitis incluyen ojos llorosos, rojos o doloridos. Sus ojos pueden sentirse arenosos e irritados, punzantes o ardientes. Si también tienes pus blanco o amarillo saliendo de los ojos, lo que causa costras en los párpados mientras duermes, es probable que tengas una infección bacteriana.

También puede picar los ojos. Esto podría ser un signo de una infección alérgica. Si tienes varios ataques en un corto espacio de tiempo, tus síntomas podrían ser causados por una alergia. También podría ser causada por una reinfección (una infección que se cura y luego vuelve). Si tienes síntomas de conjuntivitis todos los años al mismo tiempo, probablemente se deba a una alergia.

Debe consultar a un médico de inmediato si:

Conjuntivitis

- Tiene dolor dentro del ojo
- Hay algún cambio repentino en su visión, o
- La luz hace que te duelan los ojos.

Estos pueden ser signos de un problema más grave. Por ejemplo, podría significar que tiene glaucoma (aumento de la presión dentro del ojo) o una infección en otra parte del ojo.

Si usa lentes de contacto y tiene los síntomas de la conjuntivitis, quítese los lentes de contacto y consulte a su médico. La conjuntivitis debe tratarse rápidamente si usa lentes de contacto. Esto se debe a que puede causar una infección ocular más grave llamada queratitis.

Debe consultar a un médico de inmediato si su bebé tiene los síntomas de la conjuntivitis. Algunas bacterias que causan conjuntivitis pueden causar otras infecciones graves en los bebés.

Pruebas para diagnosticar la conjuntivitis

Su médico le examinará el ojo con una lámpara especial. También pueden verificar si sus síntomas han afectado la capacidad de ver. Existen pruebas que pueden determinar la causa de la conjuntivitis, aunque el médico puede decidir tratarlo sin hacer una prueba. Esto se debe a que el problema generalmente desaparece antes de que lleguen los resultados de la prueba.

qué tratamientos funcionan?

La conjuntivitis a menudo desaparece por sí sola. Si no es así, el tratamiento que sugiera el médico puede depender de la causa de la conjuntivitis. Si tiene conjuntivitis causada por una bacteria o un virus, puede transmitirse fácilmente a otras personas, por lo que debe mantenerse alejado del trabajo, la escuela o la guardería. Debe evitar el contacto cercano con otras personas durante el tiempo que le recomiende su médico. También debe tener cuidado de no compartir toallas o ropa de cama con otras personas.

Conjuntivitis alérgica

Síntomas leves

Si tienes síntomas de conjuntivitis en la misma época todos los años, es probable que sean causados por una alergia. Esto podría ser una alergia al polen. Si sus síntomas son **leves, las compresas frías** pueden ayudar. **Las lágrimas artificiales** también pueden ayudar a que los ojos se sientan mejor. Las lágrimas artificiales son gotas oftálmicas lubricantes que suelen utilizar las personas que tienen los ojos muy secos. Pueden ayudar a eliminar los irritantes (por ejemplo, el polen) que están causando la conjuntivitis alérgica.

Síntomas moderados

Para los síntomas que empeoran un poco, hay varios tratamientos que pueden ayudar.

Conjuntivitis

Los antihistamínicos son medicamentos que tratan las alergias. Los antihistamínicos se pueden administrar en forma de gotas oftálmicas y, a veces, en forma de tabletas antihistamínicas. Su médico también puede sugerir gotas para los ojos que contengan medicamentos llamados **estabilizadores de mastocitos**. Estas gotas tratan las alergias de manera similar a los antihistamínicos.

Las gotas oftálmicas que contienen **medicamentos vasoconstrictores** pueden reducir los síntomas de la conjuntivitis alérgica, pero no son adecuadas para todas las personas. Por ejemplo, las personas con glaucoma (aumento de la presión dentro del ojo) y los niños menores de 12 años no deben usarlos.

Los medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (AINE) también vienen en forma de gotas para los ojos. Estos ayudan a reducir la inflamación (hinchazón) en los ojos, que puede afectar a algunas personas con conjuntivitis alérgica.

Síntomas graves

Las personas con conjuntivitis alérgica grave tienen síntomas durante todo el año y tienden a tener más hinchazón dentro y alrededor de los ojos. Si tienes síntomas graves, el médico podría derivarte a un oftalmólogo.

Las gotas oftálmicas que contienen **esteroides** (también conocidos como corticosteroides) pueden ayudar a reducir la hinchazón. Estos se pueden utilizar junto con antihistamínicos y estabilizadores de mastocitos.

Pero los esteroides no deben usarse durante mucho tiempo, ya que pueden causar efectos secundarios graves. Por ejemplo, si tiene heridas en los ojos, los esteroides pueden hacer que tarden más en sanar. También pueden provocar más infecciones oculares, aumento de la presión en los ojos y cataratas.

Las gotas que contienen **ciclosporina** pueden ser una opción si otros tratamientos no funcionan. Este medicamento reduce el funcionamiento del sistema inmunitario. Esto significa que su cuerpo no tiene una reacción alérgica tan grave a lo que está causando los síntomas de su conjuntivitis. Pero esto también puede provocar efectos secundarios.

Tratamientos para la conjuntivitis bacteriana

La conjuntivitis causada por bacterias suele desaparecer por sí sola. Pero **las gotas oftálmicas antibióticas** pueden ayudar a que desaparezca más rápidamente. Su médico puede recomendarlos si sus síntomas son graves y le causan muchas molestias.

La conjuntivitis bacteriana a veces puede ser causada por las infecciones de transmisión sexual gonorrea y clamidia. Si tiene este tipo de conjuntivitis, su médico le recetará tabletas de antibióticos, así como gotas para los ojos.

Tratamientos para la conjuntivitis viral

No existe un tratamiento específico para la conjuntivitis causada por un virus. Los antibióticos no ayudarán si la conjuntivitis es causada por un virus. Pero la conjuntivitis viral

Conjuntivitis

generalmente desaparece por sí sola después de unos días. Muchos de los tratamientos que ayudan con la conjuntivitis alérgica también ayudan con los síntomas de la conjuntivitis viral mientras tanto. Por ejemplo, compresas frías y lágrimas artificiales.

Tratamientos para la conjuntivitis causada por otras cosas

Las lentes de contacto a veces pueden causar conjuntivitis al irritar los ojos. También pueden transportar gérmenes a los ojos. Si esto le sucede, debe consultar a su médico de inmediato. Esto se debe a que la conjuntivitis causada por los lentes de contacto a veces puede provocar una infección más grave llamada queratitis.

Su médico le dirá que debe dejar de usar sus lentes durante al menos dos semanas. Es posible que le recete un ciclo corto de gotas oftálmicas con esteroides o gotas oftálmicas antibióticas.

Si contrae conjuntivitis después de usar lentes de contacto reutilizables, es una buena idea cambiar a lentes de un solo uso. También puedes hablar con tu óptico sobre cómo cambiar el tipo de solución para lentes de contacto que utilizas.

La exposición a algunas **sustancias químicas** puede irritar los ojos. Debe lavarse bien los ojos si los productos químicos causan dolor en los ojos o si los productos químicos de cualquier tipo salpican los ojos. Si sus síntomas no mejoran, su médico puede recetarle tratamientos como gotas de esteroides o lágrimas artificiales.

Algunos **medicamentos** pueden causar una reacción alérgica que puede irritar los ojos. El problema debería desaparecer gradualmente una vez que deje de tomar el medicamento que está causando los problemas: por ejemplo, si su médico puede recetarle un medicamento diferente.

Conjuntivitis e higiene

Algunas medidas básicas de higiene pueden ayudar a aliviar los síntomas y reducir la posibilidad de propagar la conjuntivitis bacteriana o viral a otras personas.

Sostenga un paño limpio empapado en agua tibia sobre los ojos cerrados. No dejes que nadie más use este paño. Lávese las manos con frecuencia y no comparta toallas ni almohadas.

Si cree que tiene conjuntivitis debido a una alergia, trate de averiguar qué causa la alergia para que pueda tratar de mantenerse alejado de ella.

Qué me va a pasar?

La mayoría de las personas que tienen conjuntivitis se recuperan por completo en dos a cinco días sin necesidad de ningún tratamiento. Es raro que la conjuntivitis cause problemas graves.

Conjuntivitis

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

