



Por: Juan Gonzalo Vélez Tobón MD - Oftalmólogo  
Clínica Oftalmológica de San Diego

## 1. ¿Qué es la conjuntivitis y cómo se manifiesta?

- La conjuntivitis es una condición común en el mundo. Es una inflamación de la conjuntiva, es decir, la membrana transparente que cubre la parte blanca del ojo y el interior de los párpados. Se manifiesta con enrojecimiento del ojo, edema (hinchazón), picazón, sensación de cuerpo extraño, secreción ocular y sensibilidad a la luz.

La conjuntivitis es comúnmente conocida como "ojo rojo". Existen varias formas de conjuntivitis, cada una con causas y manifestaciones específicas:

- **Conjuntivitis viral:** es la más común y es causada por virus similares a los que provocan la gripa o resfriado común. Se caracteriza por enrojecimiento, lagrimeo, y a menudo se acompaña de síntomas de resfriado o infección respiratoria. Puede

ser altamente contagiosa y generalmente afecta ambos ojos.

- **Conjuntivitis bacteriana:** causada por bacterias, esta forma de conjuntivitis produce una secreción espesa, amarilla o verdosa, pegajosa, que puede hacer que los párpados se peguen por las mañanas. Puede afectar uno o ambos ojos y es también contagiosa.

- **Conjuntivitis alérgica:** resultado de una reacción alérgica a sustancias como polen, polvo, o pelos de animales. Se manifiesta con picazón intensa, enrojecimiento, y lagrimeo. A menudo es estacional y puede estar acompañada de otros síntomas de alergia, como estornudos y nariz congestionada.



- **Conjuntivitis irritativa:** causada por irritantes como el humo, el cloro en piscinas, o productos químicos. Los síntomas incluyen enrojecimiento y una sensación de cuerpo extraño o arenilla en el ojo.

En todos los tipos de conjuntivitis, los síntomas comunes incluyen: enrojecimiento del blanco del ojo o del interior del párpado, aumento de la cantidad de lágrimas, sensación de tener arena en el ojo, picazón, irritación y/o sensación de quemazón, secreción de pus o mucosidad, que puede causar que los párpados se peguen al despertar y sensibilidad a la luz (fotofobia).

Es crucial diferenciar entre los distintos tipos de conjuntivitis, ya que el tratamiento y el manejo varía considerablemente. Además, algunas formas de conjuntivitis pueden ser indicativas de problemas de salud más serios o pueden causar complicaciones si no se tratan adecuadamente, por lo que en todo momento se debe evitar la auto medicación.

## 2. ¿A quién le puede dar conjuntivitis?

La conjuntivitis es una afección que puede afectar a cualquier persona, independientemente de su edad, género o etnia. No obstante, ciertos grupos pueden ser más susceptibles a diferentes tipos de conjuntivitis debido a varios factores:

**Conjuntivitis viral y bacteriana:** estas formas son contagiosas y se propagan fácilmente, especialmente en ambientes

donde hay contacto cercano entre personas. Esto incluye:

- **Niños en guarderías o escuelas:** los niños pequeños a menudo se tocan los ojos y están en contacto cercano con sus compañeros, lo que facilita la transmisión.
- **Adultos en ambientes de trabajo o institucionales:** al igual que en las escuelas, el contacto cercano en lugares de trabajo o residencias puede aumentar el riesgo.
- **Personas con sistemas inmunitarios debilitados (alteración de las defensas):** la capacidad reducida para luchar contra las infecciones puede hacer que estas personas sean más propensas a desarrollar conjuntivitis.

**Conjuntivitis alérgica:** afecta especialmente a personas con tendencias alérgicas. Los individuos con otras alergias, como la rinitis alérgica o asma son más propensos a desarrollar conjuntivitis alérgica.

**Conjuntivitis irritativa:** cualquier persona expuesta a irritantes ambientales como humo, cloro, o contaminantes puede desarrollar esta forma de conjuntivitis. La susceptibilidad puede variar según la sensibilidad individual a estos irritantes.

Algunos factores de riesgo adicionales para desarrollar conjuntivitis incluyen:

- *Uso de lentes de contacto:* el uso inadecuado de lentes de contacto, como dormir con ellos o no limpiarlos correctamente, puede aumentar el riesgo de desarrollar conjuntivitis, especialmente bacteriana.



- *Exposición a alguien con conjuntivitis:* el contacto cercano con una persona infectada aumenta significativamente el riesgo de contraer conjuntivitis viral o bacteriana.
- *Condiciones de higiene deficientes:* la falta de higiene personal y en entornos compartidos puede facilitar la transmisión de la conjuntivitis.

*En resumen, mientras que cualquier persona puede desarrollar conjuntivitis, ciertos grupos y comportamientos pueden aumentar el riesgo de contraerla. La comprensión de estos factores es crucial para la prevención y el manejo efectivo de la enfermedad.*

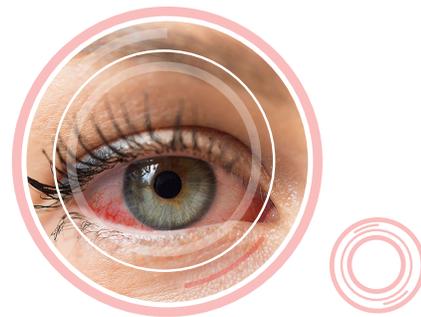
### 3. ¿Qué tan frecuente es la conjuntivitis y cuántas clases de conjuntivitis hay?

La conjuntivitis es una de las afecciones oculares más comunes y es una causa frecuente de consulta médica en la práctica de la oftalmología y la medicina general. Su prevalencia varía según varios factores, incluyendo el tipo de conjuntivitis, la ubicación geográfica, y la época del año, pudiendo representar el 1% de las consultas del médico de familia.

#### *Clases de conjuntivitis*

- **Conjuntivitis viral:** es particularmente común, especialmente durante los meses de invierno y principios de primavera, coincidiendo con la temporada de gripe y resfriados. Las epidemias de conjuntivitis viral pueden ocurrir especialmente en entornos comunitarios cerrados como escuelas y oficinas.

- **Conjuntivitis bacteriana:** aunque menos común que la viral, sigue siendo una causa significativa de conjuntivitis. Es más frecuente en niños que en adultos y puede ocurrir en cualquier época del año.
- **Conjuntivitis alérgica:** su prevalencia varía según las estaciones y es más común en primavera y otoño en regiones donde los alérgenos estacionales, como el polen, están en su punto máximo. Afecta significativamente a individuos con otras alergias y a aquellos que viven en áreas con alta concentración de alérgenos.
- **Conjuntivitis irritativa:** la frecuencia de este tipo depende de la exposición a irritantes específicos y puede variar ampliamente.



Además, factores como las prácticas de higiene, el acceso a la atención médica y el conocimiento público sobre la prevención de enfermedades también influyen en la prevalencia de la conjuntivitis. Por ejemplo, en áreas con mejor educación sobre higiene y acceso a agua limpia, la incidencia de conjuntivitis, especialmente la bacteriana, tiende a ser más baja.

A nivel mundial, se estima que millones de personas sufren de conjuntivitis cada año, lo que demuestra su alta prevalencia y la necesidad de estrategias efectivas de prevención y tratamiento.

#### 4. ¿Cómo se diagnostica la conjuntivitis?

El diagnóstico de la conjuntivitis se basa principalmente en la historia clínica y el examen físico realizado por un médico, típicamente un oftalmólogo. Los siguientes pasos son clave en el diagnóstico:

- **Historia clínica:** Se recogen detalles sobre los síntomas (como enrojecimiento, secreción, picazón, dolor), duración de los síntomas, exposición a posibles alérgenos o irritantes, contacto reciente con personas con síntomas similares, y antecedentes de alergias o uso de lentes de contacto.
- **Examen físico:** Se realiza un examen detallado de los ojos, incluyendo la observación de la conjuntiva, los párpados, la córnea y el área alrededor del ojo. Se evalúa la naturaleza y cantidad de la secreción ocular (clara, mucosa, purulenta), la presencia de hinchazón o inflamación, y cualquier signo de afectación de otras estructuras oculares.
- **Pruebas adicionales:** en algunos casos, pueden ser necesarias pruebas adicionales para confirmar la causa de la conjuntivitis o descartar otras afecciones. Estas pueden incluir:

- **Frotis y cultivos:** especialmente en casos de conjuntivitis severa o persistente, para identificar bacterias u otros patógenos.
- **Pruebas de alergia:** si se sospecha conjuntivitis alérgica, se pueden realizar pruebas cutáneas o análisis de sangre para identificar alérgenos específicos.
- **Exámenes con lámpara de hendidura:** un examen más puede ayudar a evaluar con más detalle la superficie del ojo y la profundidad de la inflamación.



- **Análisis de síntomas y signos:** a menudo, el tipo de conjuntivitis puede ser inferido por la naturaleza de los síntomas y los hallazgos del examen. Por ejemplo, la conjuntivitis viral típicamente presenta con enrojecimiento y lagrimeo, mientras que la conjuntivitis bacteriana a menudo tiene una secreción más gruesa y purulenta.

En algunos casos, cuando la conjuntivitis no responde al tratamiento o se presentan síntomas atípicos, puede ser necesario investigar más a fondo para descartar enfermedades más graves que pueden presentarse de manera similar a la conjuntivitis, como las infecciones de la córnea o ciertas enfermedades inflamatorias oculares.

El diagnóstico correcto es crucial para un tratamiento efectivo y para evitar la propagación, especialmente en casos de conjuntivitis contagiosa.

## 5. ¿Cuándo consultar?

Si bien muchas formas de conjuntivitis son leves y pueden resolverse sin tratamiento médico, hay ciertas situaciones en las que se recomienda consultar a un profesional de la salud, como un oftalmólogo o un médico general:

- **Síntomas severos:** Si los síntomas son particularmente intensos, como un enrojecimiento extremo, dolor significativo en el ojo, o una sensación muy molesta de cuerpo extraño, es importante buscar atención médica.
- **Cambios en la visión:** La presencia de visión borrosa, sensibilidad a la luz (fotofobia), o cualquier cambio en la visión que acompaña a la conjuntivitis debe ser evaluado por un médico.
- **Secreción purulenta o mucopurulenta:** una secreción espesa, amarilla o verdosa puede ser un signo de conjuntivitis bacteriana, que podría requerir tratamiento con antibióticos.

- **Síntomas que persisten o empeoran:** si los síntomas no mejoran con el cuidado en casa después de unos días, o si empeoran, es aconsejable consultar a un médico.
- **Contacto con personas con conjuntivitis:** si has estado en contacto cercano con alguien que tiene conjuntivitis, especialmente si es una forma infecciosa, y desarrollas síntomas, debes buscar asesoramiento médico.
- **Usuarios de lentes de contacto:** las personas que usan lentes de contacto y desarrollan síntomas de conjuntivitis deben suspender su uso inmediatamente y consultar a un médico, ya que están en riesgo de complicaciones más graves.
- **Síntomas en recién nacidos o bebés:** la conjuntivitis en recién nacidos y bebés siempre debe ser evaluada por un médico, ya que puede ser un signo de una infección más seria.

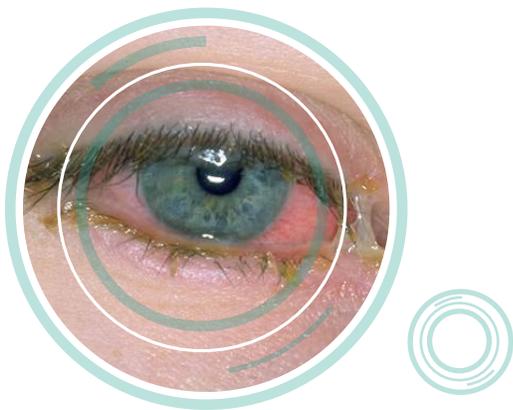




- **Condiciones preexistentes de salud ocular o inmunosupresión:** las personas con enfermedades oculares preexistentes o con sistemas inmunitarios comprometidos deben buscar atención médica si desarrollan síntomas de conjuntivitis.

La consulta temprana con un profesional de la salud no solo facilita un diagnóstico y tratamiento adecuados, sino que también puede ayudar a prevenir la propagación de la conjuntivitis, especialmente las formas contagiosas.

Además, el profesional de la salud puede proporcionar orientación sobre cómo cuidar los ojos y recomendaciones para prevenir futuras infecciones o irritaciones.



## 6. ¿Cómo se trata la conjuntivitis?

El tratamiento de la conjuntivitis depende de su causa y puede variar significativamente:

**Conjuntivitis viral:** dado que es causada por un virus, no hay tratamiento específico y tiende a ser autolimitada, resolviéndose por sí sola en una o dos semanas. Las recomendaciones suelen incluir:

- Compresas frías o tibias para aliviar la inflamación y la molestia.
- Lágrimas artificiales para aliviar los síntomas de sequedad y malestar.
- Evitar el uso de lentes de contacto durante la infección.
- Mantener una buena higiene ocular y de manos para prevenir la propagación.

**Conjuntivitis bacteriana:** esta forma se trata típicamente con antibióticos tópicos, ya sean gotas o ungüentos oculares. La duración del tratamiento puede variar, pero generalmente es de unos 7 a 10 días. Es importante completar el curso completo del tratamiento para evitar recaídas o resistencia a los antibióticos.

**Conjuntivitis alérgica:** se maneja tratando de evitar los alérgenos que la desencadenan y mediante medicamentos para controlar la respuesta alérgica, tales como:

- Antihistamínicos orales o tópicos para reducir la picazón y la inflamación.
- Gotas de estabilizadores de mastocitos, que ayudan a prevenir reacciones alérgicas.
- En casos severos, pueden utilizarse cortico-esteroides tópicos bajo supervisión médica.

**Conjuntivitis irritativa:** el tratamiento se centra en eliminar el irritante y aliviar los síntomas. Esto puede incluir:

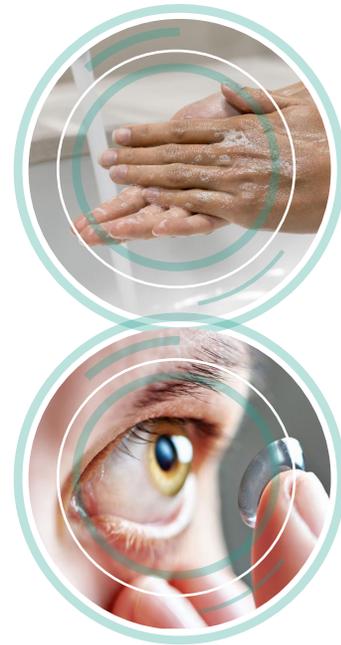
- Lavado del ojo con agua o solución salina para eliminar el irritante.
- Lágrimas artificiales para aliviar la irritación.
- Evitar la exposición al irritante en el futuro.  
Además de los tratamientos específicos, algunas medidas generales pueden ayudar en todos los tipos de conjuntivitis.
- Mantener una buena higiene ocular, incluyendo lavarse las manos con frecuencia.
- No compartir toallas, almohadas u otros objetos personales.
- Evitar frotarse los ojos para prevenir la irritación y la propagación de la infección.
- En casos de conjuntivitis infecciosa, es importante tomar medidas para evitar contagiar a otras personas, como quedarse en casa durante los días más infecciosos.

Es importante que el tratamiento sea supervisado por un profesional de la salud, especialmente en casos de conjuntivitis severa o persistente, para asegurar el manejo adecuado y prevenir complicaciones.



## 7. ¿Cómo se previene la conjuntivitis?

La prevención de la conjuntivitis implica medidas para evitar su contagio y reducir el riesgo de desarrollo, especialmente en sus formas infecciosa y alérgica. Estas medidas incluyen:



- **Higiene de manos:** lavarse las manos con frecuencia y de manera adecuada es crucial, especialmente después de tocarse los ojos, estornudar, o toser, y antes de manipular lentes de contacto.
- **Evitar tocarse los ojos:** minimizar el contacto con los ojos con las manos, especialmente si no están limpias, puede reducir significativamente el riesgo de transmisión.
- **Uso correcto de lentes de contacto:** mantener una buena higiene en el manejo de lentes de contacto, incluyendo limpiarlos y guardarlos correctamente, usar soluciones de limpieza adecuadas, y evitar dormir con ellos a menos que estén diseñados para ello.

- **No compartir objetos personales:** evitar compartir toallas, almohadas, cosméticos o cualquier artículo que entre en contacto con los ojos.
- **Protección contra alérgenos:** para quienes sufren conjuntivitis alérgica, es importante evitar los alérgenos conocidos. Esto puede incluir permanecer en interiores cuando los niveles de polen son altos, usar purificadores de aire, y limpiar regularmente para reducir la presencia de alérgenos en el hogar.
- **Cuidado en piscinas:** usar gafas de natación en piscinas para proteger los ojos del cloro y otros químicos.
- **Educación y concienciación:** enseñar a los niños y a las personas en entornos comunitarios sobre la importancia de la higiene de manos y no compartir objetos personales puede ayudar a reducir la propagación.
- **Control de infecciones en entornos compartidos:** en guarderías, escuelas y lugares de trabajo, implementar y seguir protocolos de limpieza y desinfección puede ayudar a prevenir brotes de conjuntivitis.
- **Cuidado en el manejo de irritantes químicos:** si se trabaja con químicos o en ambientes propensos a irritar los ojos, usar protección adecuada, como gafas de seguridad.



Estas medidas preventivas no solo son efectivas para reducir el riesgo de conjuntivitis, sino también para muchas otras infecciones oculares y generales. La prevención es especialmente importante en entornos donde la conjuntivitis puede propagarse rápidamente, como escuelas, centros de atención infantil y lugares de trabajo.

Lecturas recomendadas y consultas en la web <https://www.cdc.gov/conjunctivitis/about/symptoms-sp.html>

AAO Conjunctivitis Guideline Summary  
 Viral Conjunctivitis (Pink Eye) Guidelines  
 Ojo rosado (conjuntivitis) - Síntomas y causas - Mayo Clinic  
 Academia Americana de Oftalmología o PubMed para estudios recientes sobre conjuntivitis.

**Imágenes tomadas de:** • <https://www.lentesplus>  
 • <https://www.BrillPharma> • Freepik

**COMITÉ EDITORIAL**

**Salud VID** • Danny Javier Robles Gómez - Director General • Juan Mario Jaramillo Acosta - Director Laboratorio Clínico  
 • Carlos Mario Cardona Betancur - Jefe Laboratorio Dental • Ana María Montoya Duque - Microbióloga  
 • Margarita María Montañó Hernández - Coordinadora Odontológica • Daniel Mauricio Castañeda Vargas - Coordinador de Mercado.  
**Organización VID** • Santiago Estrada Mesa - Asistencia, docencia e investigación.  
**Clínica Cardio VID** • Juan Carlos González Arroyave - Director Científico.

**REVISIÓN Y DISEÑO** Departamento de Comunicaciones Organización VID

