

La conjuntivitis - comúnmente conocido como "*pink eye*" en inglés (o "ojo rosado", la traducción al español) es la inflamación de la fina membrana que recubre el párpado y el ojo, llamada conjuntiva. Lo que mucha gente no sabe es que "*pink eye*" es un término genérico para esta condición y que hay varias causas que pueden contribuir a una infección o enrojecimiento ocular a corto plazo, incluyendo alergias, infecciones virales o infecciones de bacterias.

La Dra. Melanie Dombrowski, una Optometrista local, propietaria de Salisbury Eyecare and Eyewear, y una miembro de la Junta de Salud del Condado de Rowan, informó que su consultorio ha visto un aumento en la conjuntivitis por causa de infecciones virales en las últimas semanas. La Dra. Dombrowski ha indicado que esta infección viral se comporta como una Queratoconjuntivitis Epidémica ("EKC" por sus siglas en inglés) y es especialmente preocupante. Desafortunadamente, los medicamentos antivirales no han demostrado ser eficaces contra la conjuntivitis viral, dejando que la EKC siga su curso hasta que desaparezca por sí sola.

EKC es una condición ocular dolorosa. El dolor puede ser controlado a través de varios métodos, incluyendo paños fríos, lágrimas artificiales y medicamentos ciclopléjicos tópicos para aliviar las quejas significativas de sensibilidad a la luz.

Se sabe que EKC tiene importantes repercusiones económicas debido a la duración de los síntomas. En algunos casos, los síntomas pueden durar más de dos semanas, lo que provoca ausencias laborales y escolares.

Los síntomas incluyen

- Enrojecimiento;
- Inflamación de los párpados;
- Sensibilidad a la luz;
- Flujo claro y líquida;
- Visión borrosa;
- Dolor ocular o sensación de tener algo en el ojo.

Ocasionalmente, las personas también pueden experimentar síntomas más graves como fiebre, dolor de cabeza, cansancio extremo e inflamación de los ganglios linfáticos. Si usted experimenta alguno de estos síntomas, por favor, póngase en contacto con su médico de cabecera o con su Optometrista para confirmar el diagnóstico.

Como cualquier enfermedad crónica o transmisible, la prevención es clave. La EKC es muy contagiosa, pero si se toman las precauciones adecuadas se puede reducir el riesgo de contraer la infección o de contagiarla a otras personas.

Si tiene Conjuntivitis/"*Pink Eye*"

- Lávese las manos con frecuencia con agua caliente y jabón durante al menos 20 segundos antes y después de limpiar o aplicar gotas oculares o pomada en el ojo infectado;
- Si no dispone de agua y jabón, utilice un desinfectante de manos a base de alcohol que contenga al menos un 60% de alcohol para limpiarse las manos;
- Evite tocarse o frotarse los ojos;
- Con las manos limpias, lávese varias veces al día las secreciones del alrededor de los ojos con una toallita limpia y húmeda o un algodón fresco;
- No utilice el mismo frasco o gotero para los ojos infectados y no infectados;
- Lave con frecuencia las fundas de las almohadas, las sábanas, las toallitas y las toallas con agua caliente y detergente.

Para evitar volver a infectarse, asegúrese de tirar o reemplazar cualquier producto para los ojos o de maquillaje que haya utilizado mientras estaba infectado. Para los artículos que no pueda reemplazar, como lentes de contacto de uso prolongado y gafas, límpielos según las indicaciones.

Vacunas

Desafortunadamente, no existe ninguna vacuna que pueda tratar o prevenir EKC. Sin embargo, estar al día de las siguientes vacunas puede ayudar a protegerse contra otras enfermedades virales y bacterias asociadas a la conjuntivitis:

- Rubéola
- Sarampión
- Varicela
- Herpes zóster/Culebrilla
- Neumococo
- Haemophiles influenzae tipo b (Hib)