

Septiembre, 2018.

EL CONFESIONARIO MÉDICO: CONJUNTIVITIS.

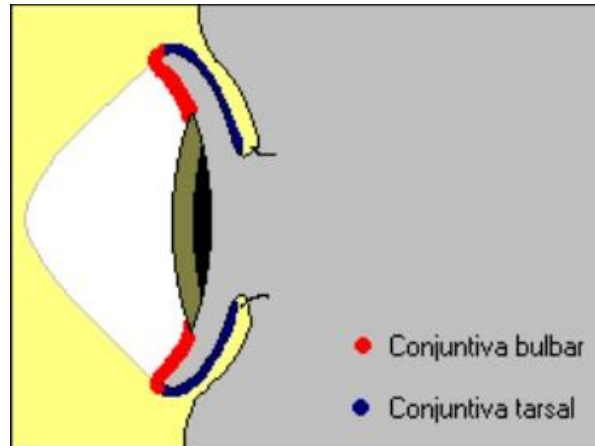
Por: Dra. M. Abigail Rojas Ronquillo

Hola amigos, ya estamos en septiembre, mes de la Biblia, la Independencia de México y del Testamento. También es el mes en el que aumentan, de manera más marcada, los casos de conjuntivitis. El año pasado por estas fechas vi en la consulta a un pequeño de dos años acompañado de su mamá; la cual me comentó, muy molesta, que no le habían recibido al niño en la guardería porque traía los ojos “rojos y lagañosos”. Lo revisé y le comenté a la mamá que el pequeño tenía conjuntivitis y que estaba bien que no fuera a la guardería. La señora estaba molesta por que decía que era una tontería, que ella tenía que ir a trabajar y no tenía con quien dejarlo. Salió del consultorio hecha una furia sin esperar su receta, las indicaciones de cuidados ni las medidas de prevención. A los 8 días tenía sentados en el consultorio a la misma señora, su marido y su otro hijo ¡todos con conjuntivitis! En esta ocasión, más tranquila, se quedó hasta el final de la consulta, recibieron todos sus recetas, indicaciones e incapacidades. Las enfermedades que afectan los ojos son doblemente molestas: primero por los síntomas y, segundo, porque afectan directamente uno de los sentidos que nos permite interactuar con el medio que nos rodea: la vista. Aunque existen cosas peores que pueden nublar nuestra visión «*“No perviertan la justicia; no hagan ninguna diferencia entre unas personas y otras, ni se dejen sobornar, pues el soborno ciega los ojos de los sabios y pervierte las palabras de las personas justas.” (Dt 16:19, DHH)*».

Según el Centro Nacional de Excelencia Tecnológica en Salud (CENETEC) las **conjuntivitis** representan hasta el 3 % del total de las consultas generales. Durante el año pasado se observó un aumento de más del 28% en los casos de conjuntivitis durante esta temporada. Estas enfermedades ameritan incapacidad por 1 a 5 días y algunas son altamente contagiosas; por lo que durante los brotes epidémicos pueden ser causantes de ausentismo escolar y laboral. Por eso salimos a preguntarle a los feligreses de la diócesis de Tuxpan: ¿qué duda tienes sobre las CONJUNTIVITIS que no te has atrevido a confesar? y esto fue lo que nos dijeron:

JSM: ¿QUÉ ES EXACTAMENTE LA CONJUNTIVITIS?

Dra. Abby. JSM, es una buena pregunta, una vez un paciente me preguntó porque no mejor se llamaba “ojitis” (jajaja). Las conjuntivitis son un grupo de enfermedades que se caracterizan por la inflamación de la conjuntiva ocular. La **conjuntiva** es una **membrana** mucosa transparente que **tapiza el globo ocular** desde el limbo (borde del iris, la parte de color del ojo), cubre la esclera (parte blanca del ojo) hasta el nacimiento de los párpados, donde hace un doblez y cubre la superficie interna de los párpados, hasta el nacimiento de las pestañas. Ayuda a lubricar la superficie del ojo, produciendo mucosidad y lágrimas, aunque estas en una cantidad menor que las glándulas lagrimales. Debido a su exposición a agentes externos es especialmente susceptible a traumas, infecciones y reacciones alérgicas, pudiendo inflamarse y eso da lugar a la conjuntivitis.



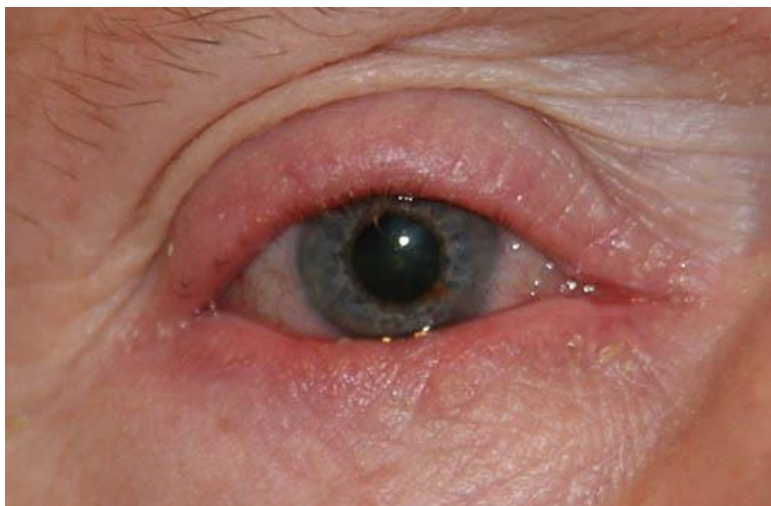
a. La conjuntiva es una membrana mucosa transparente que cubre el ojo y la parte interna de los párpados.

JCRP: ¿CUÁNTOS TIPOS DE CONJUNTIVITIS HAY?

Dra. Abby. Fíjate JCRP que se pueden clasificar de varias maneras, pero lo más práctico es dividir las conjuntivitis **infecciosas y no infecciosas**.

CONJUNTIVITIS INFECCIOSAS. Existen dos tipos: las **virales** (producidas principalmente por los virus de la gripa, como adenovirus) y las **bacterianas** (producidas principalmente por Haemophilus Influenzae, Streptococcus pneumoniae o Staphylococcus aureus).

CONJUNTIVITIS NO INFECCIOSAS. Entre estas podemos encontrar las **mecánicas/irritativas** (producidas por traumatismos, cuerpos extraños o agentes químicos), las **alérgicas** (como su nombre lo indica, producto del contacto con alérgenos) y las **neoplásicas/autoinmunes**. De estas últimas no nos ocuparemos en este artículo ya que son motivo de consulta con el especialista.



b. Las conjuntivitis pueden ser infecciosas o no infecciosas.

NARR: ¿POR QUÉ SALEN TANTAS LAGAÑAS?

Dra. Abby. Eso está bien interesante NARR. Las lagañas no son el único síntoma de las conjuntivitis, pero sí uno de los más molestos y llamativos; además, la observación de las características de las lagañas nos permite diferenciar entre cada tipo de conjuntivitis. Antes de platicarte los síntomas de cada tipo de conjuntivitis, déjame decirte que las lagañas son producto de una secreción excesiva de la conjuntiva, debido a su inflamación. Aquí los síntomas:

Conjuntivitis Infecciosas: Unilateral o bilateral, **secreción mucopurulenta (lagaña amarilla brillante o verde) abundante**, hiperemia (enrojecimiento), blefaritis (hinchazón del borde del párpado), epífora (lagrimeo), prurito (comezón), oftalmodinia (dolor), quemosis (hinchazón de la conjuntiva), fotofobia (hipersensibilidad a la luz), adenopatías preauriculares (ganglios crecidos cerca de las orejas), sensación de cuerpo extraño, papilas palpebrales (aparición de “lengua” por dentro de los párpados), visión borrosa, folículos palpebrales (orzuelos o chalaziones, conocidos como “perrillas”) y/o hemorragias.

Conjuntivitis Alérgicas: Siempre bilateral, **secreción mucosa hialina (lagaña semi transparente)**, hiperemia, epífora, prurito, quemosis, papilas palpebrales, madarosis (pérdida de pestañas), queratinización de la conjuntiva perilémbica (engrosamiento oscuro alrededor del iris, o parte de color del ojo).

Conjuntivitis Mecánica/Irritativa: Unilateral o bilateral, **secreción acuosa (con nula o escasa formación de lagañas transparentes)**, hiperemia, epífora, oftalmodinia, quemosis, fotofobia, sensación de cuerpo extraño, visión borrosa; en caso de ser por traumatismo (golpes) puede haber inflamación palpebral (párpados hinchados) y/o hemorragias.



C. Las lagañas son producto de una secreción excesiva de las glándulas de los párpados, debido a su inflamación.

DAGS: ¿CUÁNTAS VECES ME PUEDE DAR CONJUNTIVITIS?

Dra. Abby. DAGS lamento informarte que **te puede dar una infinidad de veces**. La conjuntivitis es un grupo de enfermedades que **no** confieren **memoria inmunitaria**, como las paperas o la varicela que si te da una vez no te puede volver a dar. Lo anterior se debe, en el caso de las conjuntivitis infecciosas, a que los organismos que las provocan están en constante cambio y adaptación; así que, cada que te enfermes, será un organismo “diferente”, por lo que las defensas construidas en las infecciones anteriores no servirán. En el caso de las conjuntivitis alérgicas tampoco hay mucho por hacer, ya que una vez desarrollada la alergia no puede curarse, sólo controlarse los síntomas. Hablando de las conjuntivitis mecánico/irritativas estas podrán aparecer la cantidad de veces que te golpees o te caigan cosas dentro de los ojos.

OJBS: ¿QUÉ ES LA CONJUNTIVITIS HEMORRÁGICA?

DRA. Abby. Excelente pregunta OJBS. La conjuntivitis hemorrágica o **Conjuntivitis Epidémica Aguda Hemorrágica (CEAH)** es una conjuntivitis infecciosa producida por ciertos **virus**. Es un padecimiento de inicio súbito, casi siempre bilateral, caracterizado principalmente por **hemorragias subconjuntivales de tamaño variable**; se puede presentar acompañado de adenopatías preauriculares (ganglios), secreción mucosa hialina (lagaña clara), oftalmodinia (dolor del globo ocular), fotofobia (aversión a la luz), visión borrosa, epífora (lagrimeo), hiperemia (enrojecimiento), blefaritis y quemosis (inflamación del párpado y conjuntiva). Generalmente aparece después de un cuadro infeccioso de vías aéreas superiores (**síndrome faringoconjuntival**). En general es una enfermedad benigna y autolimitada; pero, sí no se realizan los cuidados necesarios durante la enfermedad esta **puede complicarse**, produciéndose **daños permanentes al ojo**; por ejemplo, con una **infección bacteriana sobre añadida**, la secreción se puede volver mucopurulenta (amarilla/verde), agregarse nuevos síntomas y posibles secuelas. La conjuntivitis aguda hemorrágica es **altamente contagiosa** y **produce brotes** de características **epidémicas**, por lo que cualquier caso debe ser notificado de inmediato al departamento de epidemiología de la Jurisdicción Sanitaria correspondiente, para hacer un cerco epidemiológico y un estudio de casos con el fin de contener el brote.



d. La Conjuntivitis Epidémica Aguda Hemorrágica (CEAH) es una conjuntivitis viral muy contagiosa..

MRRR: ¿PUÉDO PERDER LA VISTA POR CONJUNTIVITIS?

Dra. Abby. En **teoría** si MRRR, pero tendrías que ser muy mala paciente o de plano estar muy salada para quedarte completamente ciega. Las secuelas por conjuntivitis son **muy poco frecuentes**, y casi en ningún caso se pierde la vista completamente. Todo **depende del tipo de conjuntivitis**, no es lo mismo tener conjuntivitis bacteriana, que conjuntivitis epidémica aguda hemorrágica; así como no es lo mismo tener conjuntivitis alérgica que echarse un chorro de ácido en los ojos o que se te metan astillas de madera al serruchar. Por ejemplo, las **complicaciones** de la conjuntivitis alérgica aparecen en el 75% de los pacientes, en la conjuntivitis mecánica por lentes de contacto aparece en el 5% y en las conjuntivitis infecciosas sólo en el 1% de los enfermos. De todos los pacientes con complicaciones **menos del 1% tendrá ceguera** permanente. Tener secuelas permanentes también depende de cuánto tiempo se deja pasar antes de **acudir al médico**, sí no se **cumple** con el **tratamiento** farmacológico y sí no se realizan las **medidas higiénicas y preventivas**.

AJG: ¿QUÉ DEBO HACER SI ME DA CONJUNTIVITIS?

Dra. Abby. Excelente pregunta AJG, si presentas ojos rojos y lagañas deberás seguir los siguientes pasos:

1.- Acude al médico. Mientras menos días dejes pasar será mejor, tendrás una curación más rápida y menor probabilidad de complicaciones y/o secuelas. El médico te hará algunas preguntas y te examinará para darte un diagnóstico sobre el tipo de conjuntivitis que padeces y el tratamiento más adecuado.

2.- Sigue el tratamiento. A pesar de notar mejoría no debes suspender tu tratamiento o modificarlo. Esto puede desencadenar recurrencia de la enfermedad y resistencia a los tratamientos. Debes seguir el manejo sin cambiar las dosis, el horario o la cantidad de días.

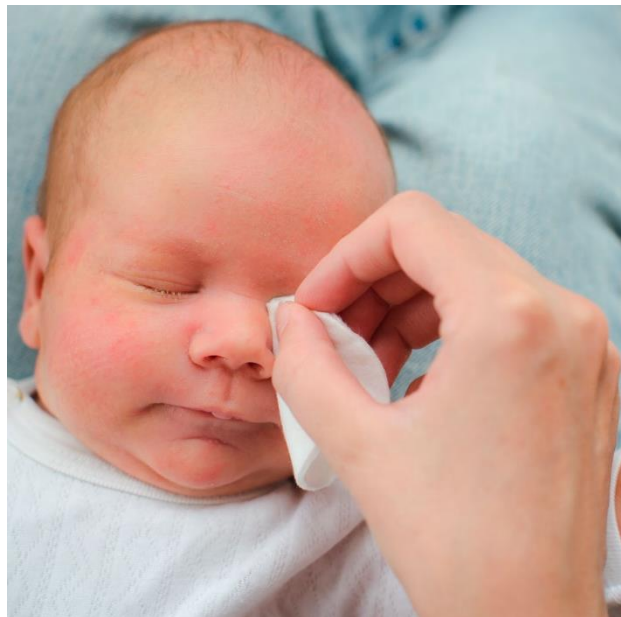


e. Es importante seguir el tratamiento médico, respetando las dosis, horarios y días indicados para el mismo.

3.- No frotes tus ojos. a pesar de sentir muchos deseos de tallarte los ojos ¡no lo hagas! Sí tienes una conjuntivitis bacteriana contaminaras tus manos; si padeces una conjuntivitis viral puedes llevar bacterias de tus manos a los ojos y complicar tu conjuntivitis. En el caso de una conjuntivitis mecánico/irritativa solo harás que aumente el dolor, hinchazón y comezón.

4.- Usa compresas Frías. Utilizar compresas frías con agua estéril, hervida o suero, por 10 minutos; de 3 a 4 veces al día. Esto ayudara a desinflamar y mejorar las molestias.

5.- Lava tu cara, en especial los párpados. Retirar la secreción (lagaña) es muy importante; puede lavarse con una torunda de algodón, o una gasa, y jabón neutro o de bebé; enjuagando con abundante agua hervida, estéril o suero. Deberás usar un algodón o gasa diferente para cada ojo. Esto puede hacerse 2 veces al día.



f. Es importante limpiar los párpados de cualquier secreción, al menos 2 veces al día.

6.- Utiliza lentes oscuros y amplios. Estos te protegerán de la sensibilidad a la luz, pero además evitarán que otros factores irritantes lleguen a tus ojos, como el aire o el polvo.

7.- Elimina los irritantes mecánicos. Sí utilizas lentes de contacto deberás discontinuar su uso durante al menos 2 semanas; así como el uso de maquillaje u otros productos para los ojos que no haya recetado el médico.



g. Debes evitar el uso de maquillaje y lentes de contacto mientras tienes conjuntivitis.

8.- Evita contagios en casa. Sí tienes conjuntivitis deberás lavarte las manos continuamente, así como las personas que conviven contigo. Debes tener tu propio jabón, toalla y almohada; estos últimos deberán lavarse aparte de la ropa del resto de la familia. No debes compartir gafas, ni maquillajes. Sí utilizaste algún maquillaje mientras estabas enferma deberás desecharlo. Evita utilizar medicamentos viejos, de otra persona y que ya estén abiertos; seguramente ya no están estériles.



h. Lavarse las manos con frecuencia es la mejor forma de evitar contagios.

9.- NO acudas a lugares concurridos. No acudas a la escuela, lugar de trabajo, cine, albercas, transportes colectivos, bares, restaurantes, etc. La conjuntivitis es altamente contagiosa y puedes ocasionar brotes epidémicos; es una enfermedad que amerita de 1 a 5 días de aislamiento domiciliario, tu médico deberá extender una incapacidad.

¡¿Cómo les quedó el ojo con el tema de este mes?!

No olviden enviarnos sus preguntas y sugerirnos temas sobre otras enfermedades en nuestra página de Facebook: @ElConfesionarioMedico, o al correo ab2y_74@hotmail.com. Hasta el mes que viene, y no olviden acudir a su médico.