



Conjuntivitis (ojo rosado) Pinkeye (Conjunctivitis)

¿Qué es la conjuntivitis?

La conjuntivitis, u ojo rosado, es una enfermedad infantil común. La conjuntivitis es una inflamación del recubrimiento del globo ocular (capa conjuntiva) y de la parte interior del párpado. Normalmente es causada por un virus o bacteria, y puede contagiarse fácilmente a otras personas.

La conjuntivitis también puede surgir a causa de una alergia, la contaminación ambiental u otros irritantes físicos o químicos; sin embargo, la información proporcionada en este archivo de HealthLinkBC se refiere a la conjuntivitis causada por una infección.

¿Cuáles son los síntomas?

La conjuntivitis normalmente provoca que la parte blanca de los ojos se vuelva rosa o roja. Puede causar ojos llorosos, rojos, picor y los párpados pueden estar inflamados. Los párpados pueden estar pegajosos debido al pus o a una secreción espesa, especialmente cuando la persona duerme. Un paño remojado en agua tibia y aplicado suavemente al área afectada ayuda a retirar cualquier secreción convertida en legaña.

¿Es grave la conjuntivitis?

Generalmente la conjuntivitis es una infección leve que no representa una amenaza grave para la salud. Con frecuencia desaparece por sí sola en un periodo de 7 a 10 días.

En ocasiones la conjuntivitis puede ser una infección más grave. Acuda a su proveedor de asistencia sanitaria si los síntomas de la conjuntivitis empeoran. Su proveedor de asistencia sanitaria sabrá si hay algún problema y le podría recetar un antibiótico en forma de gotas para los ojos o un ungüento.

Cuando su hijo/a tiene conjuntivitis, su proveedor de asistencia sanitaria le dirá si puede regresar a la escuela o guardería, o si se debe quedar en casa. Si le han recetado antibióticos, su hijo/a debe quedarse en casa durante al menos 24 horas después de iniciar el tratamiento. Es importante que su hijo/a complete su ciclo de antibióticos (tome todos los antibióticos) y que los tome a tiempo.

¿Cómo se transmite?

La conjuntivitis causada por una infección bacteriana o vírica se transmite muy fácilmente. Una persona con conjuntivitis puede infectar fácilmente a varios miembros de la familia en el periodo de unos cuantos días. Generalmente se contagia cuando la persona infectada toca el pus o la secreción del ojo y después toca a otra persona. También se transmite si toca la secreción de un ojo infectado y después toca su propio ojo.

También se puede contraer mediante el contacto con objetos como pañuelos desechables, toallas faciales o un gotero para los ojos que han sido contaminados con la secreción de los ojos de una persona infectada. La bacteria o el virus que causan la conjuntivitis también pueden transmitirse a otros mediante el contacto con pequeñas gotas que expulsa una persona infectada al toser o estornudar.

¿Qué puedo hacer para limitar la transmisión de la conjuntivitis?

Es importante que su hijo/a y todos los demás miembros de su familia sigan unas rigurosas prácticas de higiene. Estas prácticas se deben seguir hasta durante 10 días después de que se haya diagnosticado la conjuntivitis o durante el tiempo que el ojo esté rojo.

Aquí les presentamos unas útiles reglas a seguir:

- Lávese las manos con agua tibia y jabón varias veces al día. Para obtener más información sobre cómo lavarse las manos, consulte [HealthLinkBC File #85 Lavado de manos: ayude a evitar la transmisión de gérmenes](#).
- No frote ni toque el ojo infectado. Si tiene solo un ojo infectado, tenga especial cuidado de no tocar el otro ojo. Lávese las manos inmediatamente después de tocar los ojos o el rostro de una persona infectada.
- Cualquier secreción de un ojo infectado se debe limpiar dos veces al día. Use un pañuelo desechable húmedo, limpie hacia afuera con un solo movimiento, empezando por el lado que está cerca de la nariz. Seque la zona con un pañuelo nuevo. Tenga cuidado de no tocar el ojo que no está infectado.
- Use toallas de papel en lugar de toallas faciales y de baño de tela para lavarse y secarse las manos y la cara. Si no puede hacer esto, asegúrese de que otras personas no usen las toallas faciales y de baño de tela de la persona infectada.
- Las toallas de baño, toallas faciales y ropa de cama de la persona infectada deben lavarse por separado de la ropa sucia del resto de la familia. Use detergente, el agua más caliente de la lavadora y el ciclo caliente de la secadora.

Una persona con conjuntivitis no debe usar lentes de contacto ni maquillaje para ojos hasta que el ojo deje de estar rojo, irritado y de tener secreciones. Deseche todo el maquillaje que haya usado cuando comenzaron los síntomas. Una vez que la infección haya desaparecido, asegúrese de limpiar cuidadosamente los lentes de contacto y el estuche, siguiendo las recomendaciones de su profesional de la salud ocular (oftalmólogo) antes de usarlos de nuevo.

¿Cuál es el tratamiento?

La conjuntivitis a menudo desaparece por sí sola. Sin embargo, es posible que su proveedor de asistencia sanitaria le recete antibióticos en forma de gotas o un ungüento para la conjuntivitis causada por bacterias.

Recuerde siempre lavarse las manos antes y después de aplicar las gotas o el ungüento.

Aplicación de las gotas para los ojos

Siga estos consejos a la hora de aplicar las gotas para los ojos:

- Antes de aplicar las gotas para los ojos asegúrese de que el gotero esté limpio.
- Al aplicar las gotas para los ojos trate de evitar que el gotero toque el ojo, los párpados o cualquier otra superficie.
- Siempre vuelva a poner el gotero directamente en el frasco.
- Tire del párpado inferior con suavidad para crear una forma de bolsa y mire hacia arriba, o dígame a su hijo/a que mire hacia arriba. Esto ayudará a atrapar las gotas y evitará que se desperdicien.
- Otra forma es aplicar las gotas justo sobre la parte blanca del ojo. Esta parte del ojo es menos sensible que la pupila y la parte coloreada (el iris).
- Si necesita estabilizar la mano con la que sostiene el gotero, apóyela sobre la frente.
- Probablemente solo necesite una gota a la vez.
- Mantenga sus gotas para los ojos en el refrigerador para que la temperatura fría le permita saber de inmediato si la gota está llegando al globo ocular.
- Después de haber aplicado la gota, mantenga el párpado cerrado durante 1 a 2 minutos sin parpadear. Esto ayuda a que el medicamento surta efecto.

Aplicación del ungüento

Es más difícil poner el ungüento directamente en el globo ocular, por lo que es mejor poner el ungüento en las pestañas. Al pasar un tiempo se derretirá y llegará al ojo. Esto funciona mejor si está tratando de poner ungüento en los ojos de los niños cuando están inquietos.



BC Centre for Disease Control
An agency of the Provincial Health Services Authority

Para leer acerca de otros temas en los folletos de HealthLinkBC, vea www.HealthLinkBC.ca/healthfiles o visite su unidad local de salud pública. Para obtener información y consejos en temas de salud en B.C. (para casos que no constituyan una emergencia), vea www.HealthLinkBC.ca o llame al número gratuito 8-1-1. El número telefónico de asistencia para personas sordas o con problemas de audición es el 7-1-1. Ofrecemos servicios de traducción (interpretación) en más de 130 idiomas para quienes los soliciten.