



SEQUEDAD OCULAR U OJO SECO

El ojo seco se produce por una alteración en la película lagrimal que provoca daño en la superficie ocular suficiente para producir molestias y discomfort ocular. Puede deberse a dos causas, una por deficiencia en la producción de la lágrima y otra, por exceso de evaporación de la misma.

El principal síntoma es la sensación de cuerpo extraño, de sequedad ocular, sobre todo al levantarse por las mañanas, con dificultad para abrir los ojos. Otros síntomas frecuentes son picor y escozor.

Puede sentir en ocasiones que tiene los ojos llenos de tierra, con un gran discomfort, incluso con sensación de visión borrosa.

Existe un importante componente ambiental, así es muy frecuente que las molestias aparezcan solamente o se agraven en determinados ambientes (calefacción excesiva, aire acondicionado, aires cargados de humos) o en determinadas épocas del año en función de la humedad ambiental.

Si existe afectación corneal aparecerá además una fotofobia moderada o intensa, incluso con lagrimeo.

¿Qué se puede hacer en esta situación?

¿Usted cree que puede tener sequedad ocular?

Responda a este cuestionario:

1. ¿Pasa muchas horas delante de un ordenador o en contacto con ambientes con aire acondicionado?, mínimo dos horas al día.

SÍ NO

2. ¿Siente molestias ocasionalmente con sus lentes de contacto?

SÍ NO

InnovaHONCO

Hospital Universitario de Fuenlabrada

3. ¿Se ha sometido a alguna cirugía ocular?

SÍ NO

4. ¿Está diagnosticado de diabetes o artritis reumatoide?

SÍ NO

5. Marque la casilla correspondiente si ha notado algunos de los siguientes síntomas.

Sequedad ocular

Dolor

Irritación

Fatiga ocular

Sensación de arenilla

Visión borrosa

Si ha respondido que sí como mínimo en dos de ellas y ha marcado alguna de las respuestas del número 5 puede tener síntomas de sequedad ocular. Afortunadamente, los síntomas del ojo seco generalmente se pueden aliviar rápidamente usando lágrimas artificiales.

Deberá evitar aires acondicionados, ventiladores, calefacciones excesivas, lugares cargados de humos, corrientes de aire, polución ambiental ya que esto puede agravar su sintomatología.

El tratamiento más frecuente consiste en la utilización de lágrimas artificiales, a ser posible, sin conservantes y con ácido hialurónico. Dentro de las opciones de lágrimas artificiales podemos encontrar algunas más densas o en gel que pueden ser utilizadas en el descanso nocturno, en casos más severos de ojo seco o en alteraciones de la anatomía o la funcionalidad de los párpados.