área oftalmológica avanzada
Tel: 93 551 33 00 Fax: 93 551 33 19
info@areaoftalmologica.com
www.areaoftalmologica.com

PROBLEMAS OCULARES EN LA ÉPOCA ESTIVAL.

Dr. Carlos Vergés Roger.
Director Médico Área Oftalmológica Avanzada
Universidad Politécnica de Cataluña.

Durante la época estival se suceden múltiples problemas oculares. La radiación solar, las piscinas y un mayor contacto con la naturaleza, favorecen esta circunstancia.

Uno de los factores que más nos preocupa a los oftalmólogos es el impacto de la radiación solar en los ojos. De todos es sabido la importancia de proteger la piel de los efectos nocivos de las radiaciones ultravioletas, especialmente en los niños. De la misma forma, la excesiva exposición del aparato visual a la radiación ultravioleta puede dañar sus estructuras más sensibles. La piel de los parpados fácilmente sufre rápidamente la agresión del sol, aparece un eritema muy molesto, con edema (acúmulo de liquido) y dificultad para parpadear. Cuando la exposición va en aumento, se daña el globo ocular, sus estrcturas externas, en una primera fase, y la retina en una segunda fase.

El daño del globo ocular supone un mayor grado de gravedad, desde irritación tipo conjuntivitis, pérdida de visión transitoria por afectación corneal, hasta perdida irreversible de visión por daño en la retina, por quemadura de la mácula. Para prevenir esta situación, se recomienda protegerse con gafas con filtro ultravioleta. La mayoría de gafas de sol que podemos encontrar en una óptica, tienen la acreditación CE (Comunidad Europea), que garantiza la presencia de estos filtros, lo que hay que mirar es la letra que lo identifica, hay 4 niveles, de la A a la D, los recomendados son los B y C, este último es más intenso y es muy efectivo para la playa pero no se recomienda para conducir.

Las conjuntivitis también son uno de los caballos de batalla que nos encontraremos en estas fechas. Las piscinas e incluso el mar, son una fuente de contagio importante de virus y bacterias, además de las irritaciones propias de los productos químicos que se utilizan en las piscinas. En todos estos casos nos encontramos con el clásico ojo rojo (foto 1) con la presencia de folículos o papilas, según el origen del proceso (foto 2). Ante un “ojo rojo” que no desaparece a las 24 horas, que se acompaña de visión borrosa y dolor, es recomendable acudir al oftalmólogo. La mejor forma de prevenir estas conjuntivitis tan molestas es acudir a piscinas que tengan una garantía en los sistemas de cuidado del agua.

Finalmente es destacable el incremento de erosiones corneales durante el verano, la mayoría producidas en excursiones o haciendo algún tipo de deporte. En estos casos es más fácil y más frecuente una rascada con la rama

de arbusto, un golpe fortuito o una pelota que impacta en la cara y afecta al ojo. No suelen ser lesiones importantes pero molestan y, no deja de ser una herida, es decir una puerta de entrada para posibles infecciones, por eso es importante evitarlas y, en el caso de sufrirlas, acudir a un servicio de urgencias o un oftalmólogo para que establezca el tratamiento apropiado.

PROBLEMAS OCULARES MÁS FRECUENTES EN LA ÉPOCA ESTIVAL:

- Eritema palpebral solar.
- Queratitis actínica solar.
- Conjuntivitis vírica.
- Conjuntivitis de las piscinas.
- Erosiones corneales traumáticas.

CÓMO PREVENIR LOS PROBLEMAS OCULARES ESTIVALES:

- Utilizar gafas con filtro ultravioleta tipo B o C.
- Utilizar lagrimas artificiales en ambientes secos, con aires acondicionados o tras una larga exposición al sol.
- Acudir a piscinas con garantías del control del agua.
- Utilizar gafas protectoras en excursiones por el bosque.

REGLA DE ORO:

Ante cualquier situación de daño ocular que se acompañe de pérdida de visión, acudir a un oftalmólogo lo antes posible.

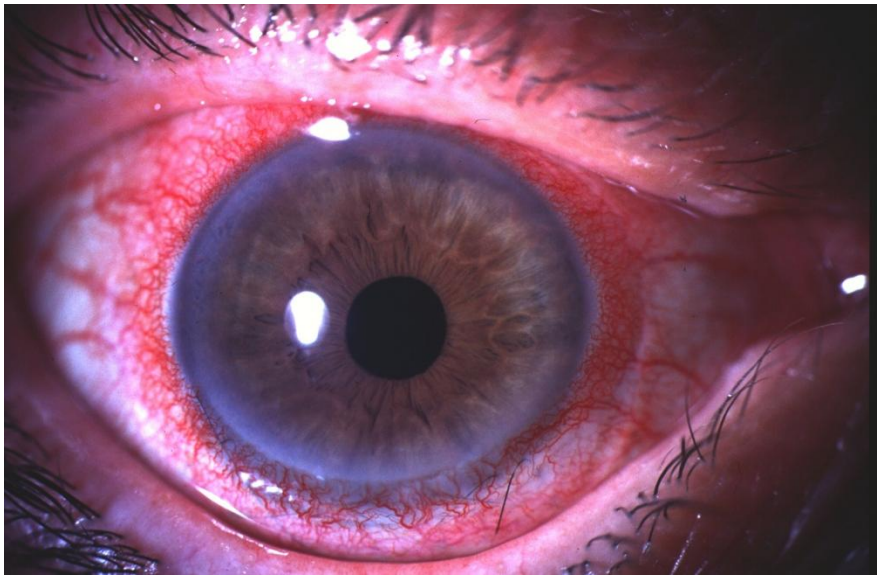


Foto 1.- Conjuntivitis donde se aprecia el aspecto de “ojo rojo”.

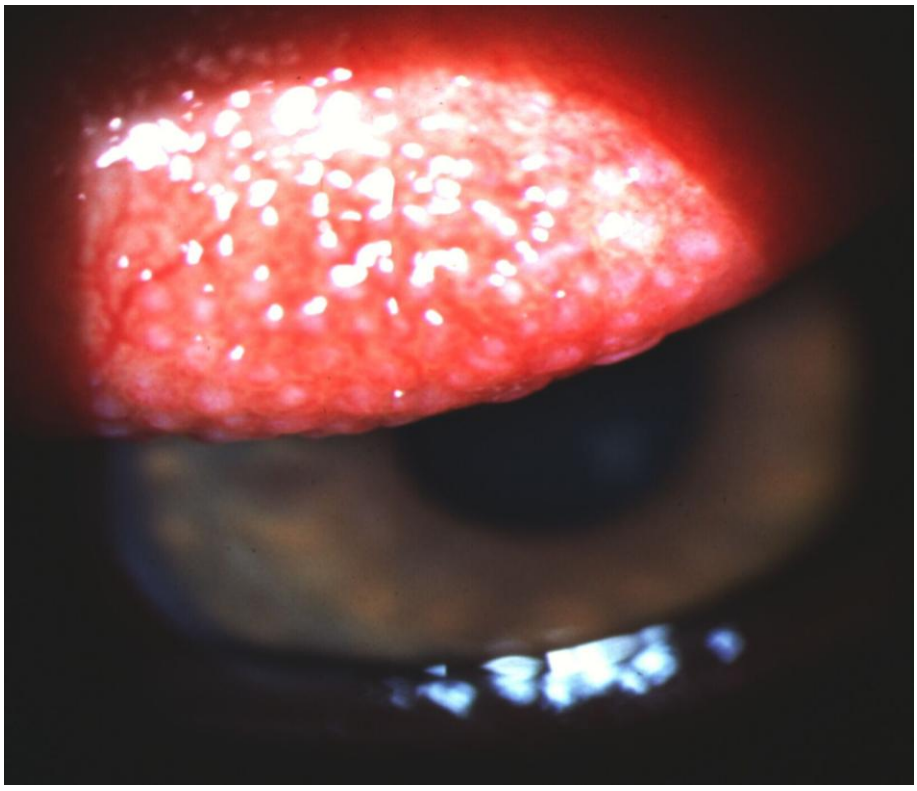


Foto 2.- Conjuntivitis Papilar con afectación de la conjuntiva del parpado superior.