

ojo seco

un vistazo a fondo

¿QUÉ ES EL OJO SECO?

Normalmente, el ojo se baña así mismo a través de las lágrimas para mantenerse húmedo y cómodo.

En ciertos casos, algunos pacientes no producen la suficiente cantidad de lágrimas para mantener sus ojos sanos y confortables. Esta condición se conoce como "ojo seco".

El ojo utiliza varios métodos para la producción de lágrimas. Las puede producir de manera lenta y constante para mantener buena lubricación. También puede producir lágrimas en grandes cantidades respondiendo a una irritación o a emociones. Cuando un objeto extraño o la resequeidad irritan el ojo, o cuando se llora, ocurre una producción excesiva de lágrimas.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DEL OJO SECO?

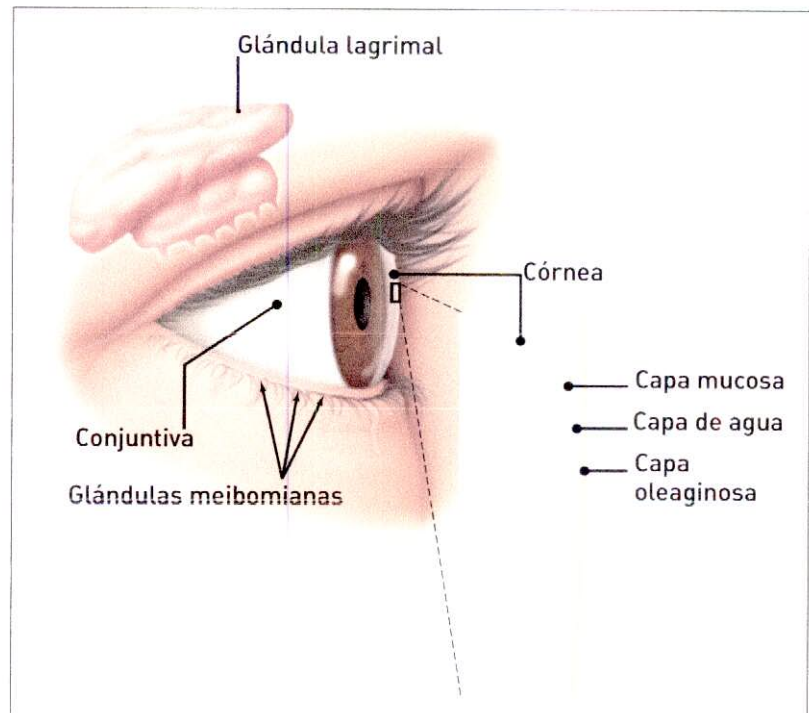
Los síntomas usuales incluyen:

- Picazón o irritación de los ojos;
- Rasquiña o comezón;
- Mucosidad en forma de hilo(s) dentro o alrededor de los ojos;
- Excesiva irritación del ojo debida al humo o al viento;
- Excesiva producción de lágrimas;
- Incomodidad con el uso de lentes de contacto.

El exceso de lágrimas debido al "ojo seco" suena algo ilógico, pero si las lágrimas responsables por la lubricación no mantienen el ojo lo suficientemente húmedo, el ojo se irrita. Cuando el ojo está irritado, la **glándula lagrimal** produce un gran volumen de lágrimas que abruma el sistema de drenaje del ojo, y este exceso debe salir del ojo.

¿QUÉ ES LA MEMBRANA O TELILLA LAGRIMAL?

Una membrana o telilla de lágrimas se esparce a través del parpadeo del ojo, haciendo que su superficie sea suave y limpia. Sin esta telilla, no es posible tener una visión clara.



La telilla lagrimal consiste en tres capas:

- Una capa oleaginososa;
- Una capa de agua;
- Una capa mucosa.

Cada capa tiene su propósito. La capa oleaginososa, producida por las **glándulas meibomianas**, es la parte exterior de la telilla lagrimal. Su trabajo consiste en suavizar la superficie y reducir la evaporación de lágrimas.

La capa de agua, localizada en el medio, se encarga de lo que ordinariamente llamamos lágrimas. Esta capa, producida por la **glándula lagrimal**, enjuaga el ojo y lo limpia de elementos extraños y de agentes irritantes.

La capa interior consiste de mucosa producida por la **conjuntiva**. La mucosa permite a la capa de agua una expansión uniforme sobre el ojo, y ayuda a que éste se mantenga húmedo. Sin la presencia de mucosa, las lágrimas no se adhieren al ojo.

¿QUÉ CAUSA EL OJO SECO?

La producción de lágrimas normalmente disminuye con la edad. A pesar de que el ojo seco puede ocurrir en hombres y mujeres a cualquier edad, las mujeres son las más afectadas. Esto se hace más obvio durante la menopausia.

El ojo seco puede ser también asociado con otros problemas. Por ejemplo, se dice que personas con ojo seco, boca seca y artritis, tienen síndrome de Sjögren. Para mayor información sobre el síndrome de Sjögren, vea la sección de "Fuente de Información".

Una gran variedad de medicamentos comunes (prescritos o genéricos), pueden causar sequedad del ojo, reduciendo la secreción de lágrimas. Asegúrese de comunicar a su oftalmólogo los medicamentos que esté tomando, especialmente si está usando lo siguiente:

- Diuréticos;
- Bloqueadores beta;
- Antihistamínicos;
- Píldoras para dormir;
- Medicamentos para los nervios;
- Aliviadores de dolor.

Debido a que la ingestión de estos medicamentos es generalmente necesaria, la condición de ojo seco debe ser tolerada, o tratada con "lágrimas artificiales".

Las personas con ojo seco son generalmente más susceptibles a los efectos tóxicos secundarios de los medicamentos, incluyendo las lágrimas artificiales. Por ejemplo, los preservativos presentes en ciertas gotas para los ojos y lágrimas artificiales pueden irritar los ojos. En dichos casos, lágrimas artificiales libres de preservativos pueden ser requeridas.

¿CÓMO SE DIAGNOSTICA EL OJO SECO?

Un oftalmólogo (Médico de los Ojos) usualmente puede diagnosticar ojo seco durante un examen de ojos. En algunos casos, exámenes son necesarios para medir la producción de lágrimas. Un examen, llamado **Examen de Schirmer**, utiliza tiras de papel de filtro que una vez colocadas debajo del párpado inferior, miden el ritmo de producción de las lágrimas bajo ciertas condiciones. Otro examen utiliza gotas de diagnóstico para encontrar ciertos patrones de resequedad sobre la superficie del ojo.

¿CÓMO ES TRATADO EL OJO SECO?

ADICIÓN DE LÁGRIMAS

Las gotas para ojos llamadas lágrimas artificiales son similares a sus propias lágrimas. Lubrican los ojos y ayudan a mantenerlos húmedos.

Las lágrimas artificiales están disponibles sin prescripción. Hay muchas marcas en el mercado, de manera que usted puede probar varias hasta encontrar la que más le guste.

Si sus ojos son sensibles a los preservantes, existen gotas para ojos libres de ellos. Si debe usar gotas durante períodos menores de dos horas, las gotas libres de preservantes pueden ser mejores para usted.

Usted puede usar lágrimas artificiales tan a menudo como las necesite — una o dos veces por día, o varias veces cada hora.

CONSERVANDO LAS LÁGRIMAS

La conservación de las lágrimas propias del ojo es otra alternativa para mantener la humedad de los ojos. Las lágrimas fluyen del ojo hacia un pequeño canal en la nariz (esta es la razón por la cual la nariz se humedece cuando usted llora). Su oftalmólogo puede cerrar este canal temporal o permanentemente. Este cierre ayuda a conservar sus propias lágrimas, y hace que las lágrimas artificiales duren por más tiempo.



OTROS MÉTODOS

Las lágrimas se evaporan como cualquier otro líquido. Usted puede tomar medidas para prevenir dicha evaporación. Durante el invierno, cuando el hay calor dentro de la casa, un humidificador de aire o una simple olla con agua sobre el radiador aumenta la humedad del aire seco. Anteojos o lentes protectores que cubran toda el área de los ojos pueden reducir los efectos de la resequedad por el viento, pero en algunos estados su uso no es legal cuando se conduce un auto.

Cualquier cosa que cause resequedad, tal como un cuarto extremadamente caliente, un secador de pelo, o el viento, debe evitarse cuando se tiene la condición de ojo seco. El humo del cigarrillo es especialmente molesto.

Algunas personas con ojo seco se quejan de tener "rasquiña" o "picazón" en el ojo al despertarse. Este síntoma puede aliviarse usando un ungüento lagrimal, o gotas de ojos espesas a la hora de acostarse. Utilice la menor cantidad de ungüento que sea necesaria para aliviarlo, ya que el ungüento puede causar visión borrosa.



El ojo seco causado por carencia de vitamina A en la dieta es raro en los Estados Unidos, pero es más común en países en desarrollo, especialmente entre los niños. Ungüentos que contengan vitamina A pueden aliviar si el ojo seco es causado por condiciones poco usuales como el síndrome de Stevens-Johnson (penfigoideo). Los suplementos de vitamina A no aparentan proveer ayuda alguna a la gente con la condición ordinaria de ojo seco.

FUENTE DE INFORMACIÓN

Para mayor información acerca del ojo seco, póngase en contacto con la siguiente entidad:

Sjögren's Syndrome Foundation
6707 Democracy Boulevard, Suite 325
Bethesda, MD 20817
301.530.4420 o 800.475.6473
www.sjogrens.org

NOTAS

CORTESÍA DE SU OFTALMÓLOGO

San Antonio Eye Center, P.A.
(210) 226-6169
www.saeye.com

Revisado 08/10

© 2011 American Academy of Ophthalmology. La Academia Americana de Oftalmología (American Academy of Ophthalmology), La Asociación de Médicos de los Ojos (Eye M.D. Association), y el logo de la Academia son marcas registradas de la Academia Americana de Oftalmología.