



¿Que es la fotoqueratitis?

La fotoqueratitis es una enfermedad ocular dolorosa que ocurre cuando el ojo se expone a rayos de energía invisibles llamados rayos ultravioletas (UV), ya sea provenientes del sol o de una fuente artificial.

La fotoqueratitis es como tener una quemadura solar en el ojo. Esta condición afecta a la capa superficial delgada de la cornea (la ventana delantera transparente del ojo) y a la conjuntiva, que es la capa de células que cubre el interior de los párpados y la parte blanca de los ojos.

¿Que causa la fotoqueratitis?

La fotoqueratitis es causada por un daño al ojo, como consecuencia de los rayos ultravioletas (UV). La fuente principal de rayos UV naturales es la luz solar.

La fotoqueratitis puede ser causada por el reflejo del sol en la arena, el agua, el hielo y la nieve. También puede sufrirla si mira directo al sol, como cuando mira un eclipse solar directamente, sin usar un dispositivo especial. Un eclipse solar también puede causarle una quemadura a largo plazo en la retina, que es más grave que un daño temporal en la cornea.

Además, existen muchas fuentes de luz ultravioleta artificiales, como lámparas y camas solares, además de la soldadura por arco.

Para evitar el daño a los ojos por rayos UV, debe usar la protección ocular adecuada.

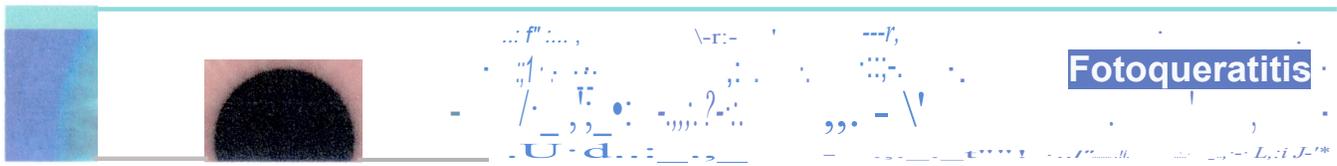


Los anteojos de sol o los anteojos protectores que bloquean 99 por ciento de los rayos ultravioleta más altos y protegen del viento seco que congela, pueden ayudar a prevenir la ceguera de la nieve.

Ceguera de la nieve: un tipo común de fotoqueratitis

La ceguera de la nieve es un tipo de fotoqueratitis causado por rayos UV que se reflejan en el hielo y la nieve. El daño ocular por rayos UV es particularmente normal en las regiones del polo norte y sur, o en montañas altas donde el aire es menos denso y brinda menos protección frente a los rayos ultravioletas.

También se le llama ceguera de la nieve al congelamiento de la superficie de la cornea, así como también a lo que sucede cuando la superficie de la cornea se seca mucho a causa de un aire extremadamente seco. Esta afección normalmente está asociada a personas que practican esquí, andan en motos de nieve o hacen montañismo.



¿Cuáles son los síntomas de la fotoqueratitis?

Como en el caso de una quemadura solar en la piel, la fotoqueratitis no se suele notar hasta que el daño ya ha ocurrido. Sus síntomas incluyen:

- dolor
- enrojecimiento
- visión borrosa
- lagrimeo
- sensación arenosa
- inflamación
- sensibilidad a luces brillantes
- dolor de cabeza
- presencia de aureolas
- pupilas pequeñas
- picor de los párpados
- pérdida temporal de la visión (en casos aislados)

En muy pocos casos, también puede experimentar cambios de color en la visión.

Cuanto más tiempo esté expuesto a los rayos UV; más graves serán los síntomas.

¿Cómo se diagnostica la fotoqueratitis?

Un médico puede diagnosticar la fotoqueratitis preguntándole acerca de cuáles fueron sus últimas actividades, examinándole los ojos y aplicándole gotas para ojos con contraste de fluorescencia, que le permite detectar daño por UV.

¿Cómo se trata la fotoqueratitis?

La fotoqueratitis y la ceguera de la nieve suelen desaparecer por sí solas, por lo que el tratamiento apunta a que se sienta mejor a medida que los ojos se curan.

Si usa lentes de contacto, quítelos de inmediato. Salga del sol y vaya a una habitación oscura. Para aliviar el dolor, puede intentar:

- colocarse un paño frío sobre los ojos cerrados
- usar lágrimas artificiales
- tomar los analgésicos que le recomiende el oftalmólogo
- usar gotas antibióticas si el oftalmólogo se lo recomienda

Evite frotarse los ojos durante la sanación. Los síntomas suelen desaparecer gradualmente en un día o dos.

Prevención de la fotoqueratitis

Puede prevenir la fotoqueratitis usando protección ocular que bloquee la radiación UV. Por ejemplo:

- lentes de sol que bloqueen o absorban 99 % o más de los rayos UV
- gafas de nieve diseñadas para bloquear los rayos UV
- cascos desoldador

Resumen

La fotoqueratitis se produce cuando sufre quemaduras solares en los ojos. Esto sucede cuando los ojos se exponen a rayos ultravioletas del sol o de una fuente artificial como las camas solares. La ceguera de la nieve es otro tipo de fotoqueratitis que se produce cuando la luz UV se refleja en el hielo y la nieve. Los síntomas de la fotoqueratitis pueden ser dolor, enrojecimiento, lagrimeo y sensibilidad a la luz. La fotoqueratitis suele desaparecer por sí sola en un par de días. Mientras los ojos se curan, debe evitar usar lentes de contacto y frotarse los ojos. Para aliviar el dolor, puede usar lágrimas artificiales, analgésicos o un paño *trio*.

Para evitar la fotoqueratitis, use protección ocular como lentes de sol o gafas para la nieve que bloqueen la radiación UV.

Hable con su oftalmólogo si tiene preguntas sobre sus ojos o sobre la visión. El o ella se compromete a proteger su visión.

Infórmese más sobre la salud ocular en OjosSanos-una publicación de la Academia Americana de Oftalmología-en aao.org/salud-ocular.

CORTESIA DE:

