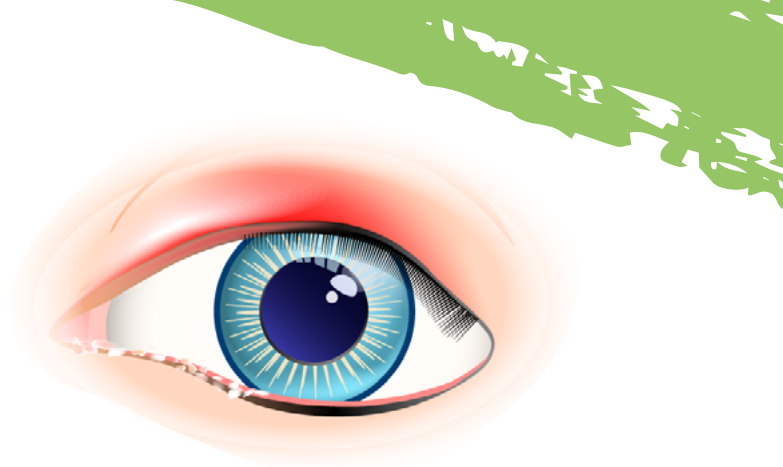




Farmacéuticos

Consejo General de Colegios Farmacéuticos

Vocalía Nacional de
Óptica Oftálmica y Acústica Audiométrica



Blefaritis

La *Blefaritis* es un tipo de ojo rojo que cursa sin dolor caracterizado por una **inflamación de los párpados**, producida por un exceso de materia grasa y bacterias en el borde del párpado cercano a las pestañas. Aparecen escamas y enrojecimiento en la base de las mismas. Se trata de un problema común que afecta a **alrededor del 30% de la población** y que está relacionado con muchos de los casos de ojo seco, ya que conlleva un empeoramiento de la calidad de la lágrima.

Signos y síntomas



Enrojecimiento del ojo y en el borde de los párpados.



Sensación de cuerpo extraño.



Inflamación de los párpados.



Irritación y picor de ojos y párpados.



Lagrimeo.



Sequedad ocular.



Pérdida difusa de pestañas.



Aparición de escamas en la base de las pestañas y/o borde de los párpados.



Fotofobia.



Visión borrosa.

¿Cómo se puede prevenir?



Evitar factores ambientales que favorecen su aparición: aire acondicionado, calefacción, viento, humedad ambiental, etc.



Mantener un nivel de parpadeo óptimo para evitar la sequedad ocular.



Realizar una correcta higiene ocular: lavar y arrastrar con agua tibia y algodón o específicamente con toallitas de higiene palpebral 3 veces al día de forma regular.



Evitar el uso de cosméticos en el borde del párpado.



Disminuir el uso de lentes de contacto en blefaritis leves y/o utilizar reemplazos diarios de las mismas. Debes consultar a tu óptico si es necesario dejar de usarlas totalmente.



Utilizar una crema con activos hidratantes, calmantes y de acción reparadora especialmente indicada para párpados, con el fin de restablecer las condiciones normales de hidratación de la zona afectada y eliminar el exceso de descamación.

Tratamiento



Realizar una **adecuada higiene de los párpados diaria**. Aplicar compresas calientes sobre los párpados cerrados durante 5 minutos; masajearlos verticalmente (hacia la raíz de las pestañas) para facilitar la salida de bacterias y de grasa y, por último, limpiarlos con toallitas de higiene palpebral 3 veces/día.



Utilizar **lágrimas artificiales 5 veces/día** en casos asociados a sequedad ocular.



Complementos Omega 3 por vía oral cuando, en los casos asociados a sequedad ocular, no se mejore sintomatología.



Los médicos pueden prescribir **antibióticos, generalmente de uso tópico en colirio o pomada** para tratar de combatir los casos asociados a infecciones y también corticoides para disminuir la inflamación, el picor y el ardor.



Tu farmacéutico te recomienda

- ✓ No automedicarte.
- ✓ Realizar una buena higiene ocular y de párpados, mejorará la sintomatología y prevendrá posibles orzuelos.
- ✓ En caso de orzuelos, tirar las lentes de contacto que hayan podido ser utilizadas durante el proceso.
- ✓ Utilizar antibióticos o corticoides sólo bajo prescripción facultativa.



¿Cuándo acudir al médico?

- ✓ Si los síntomas empeoran o no mejoran después de una limpieza cuidadosa de los párpados durante varios días.
- ✓ Si el paciente es menor de 12 años.
- ✓ Si hay sospecha de que exista patología asociada.
- ✓ Si hay presencia de dolor ocular intenso.
- ✓ Si hay visión borrosa.
- ✓ Si hay presencia de secreciones con colores amarillentos o verdosos.