

OFTALMOLOGÍA

Los ojos también notan la primavera

Además de los alérgenos del entorno, algunos cosméticos, medicamentos y lentes de contacto también pueden provocar alergia ocular

ANICHA SENDÍN

La alergia ocular es una inflamación por hipersensibilidad que puede afectar a los párpados, la conjuntiva (la piel que cubre la superficie del ojo) y la córnea. Aproximadamente un 20 por ciento de la población pueden presentar en algún momento de su vida una conjuntivitis alérgica. La predisposición genética tiene un papel muy importante en esta enfermedad, pero el medio ambiente es

Un 20% de la población puede presentar conjuntivitis alérgica

el principal causante de la alergia ocular. Los pólenes, ácaros, esporas de hongos y otros alérgenos que están en el ambiente son los principales culpables de ese picor constante de ojos. Otras causas que pueden provocar alergia ocular son los cosméticos, algunos medicamentos o las lentes de contacto. "No es aconsejable utilizar lentes de contacto en casos de alergia ocular ya que pueden quedar impregnadas de alérgenos, y provocar una mayor reacción alérgica", advierte Víctor Charoenrook, especialista del Centro de Oftalmología Barraquer. "Además, las propias lentes de contacto pueden causar un tipo de conjuntivitis alérgica,

El picor de ojos, lagrimeo y enrojecimiento son algunos de los síntomas clave

ya sea por el material del que están fabricadas o por los líquidos que se utilizan para limpiarlas". Algunos síntomas son clave para determinar si se tiene alergia ocular. El picor de ojos, lagrimeo, enrojecimiento ocular, hinchazón de los párpados, secreción de mucosa y fotofobia son algunas de las señales que pueden alertar al paciente.

En el caso de que una persona note estos síntomas, debe acudir a un alergólogo para que le realice una serie de pruebas que determinarán los alérgenos que causan la enfermedad. En algunos casos el paciente deberá vacunarse.

Es importante conocer qué causa la reacción alérgica para llevar a cabo pequeñas medidas de prevención, "una vez determinados los alérgenos, se deben evitar al máximo. Por ejemplo, si es alérgico a los ácaros, no se debe de tener alfombras o moquetas en casa y el uso de fundas antiácaros puede ser de gran ayuda", apunta el oftalmólogo.

El tratamiento de la conjuntivitis alérgica depende de la gravedad en la que se presenta. Se inicia con un antihistamínico tópico si es un caso leve o en el caso de que se conozca que va a llegar el periodo de la alergia.

En la fase aguda, se utilizan corticoides tópicos. Esta medicación tiene efectos secundarios por lo que se debe de administrar por prescripción facultativa y realizar controles periódicos. "La administración de antihistamínicos por vía oral ayuda a controlar la enfermedad pero en los casos severos que no responden al tratamiento tópico, hay que recurrir al uso de corticoides por vía sistémica", explica Charoenrook.

RECOMENDACIONES

1. Evite el polvo: aspire diariamente las habitaciones donde pasa más tiempo.
2. Lave las sábanas al menos una vez por semana, a temperaturas altas (>60°C).
3. Si sale al aire libre los días de viento, utilice gafas protectoras.
4. Evitar alfombras y moquetas dentro de casa.
5. No tenga plantas y flores en el interior de la vivienda.
6. Aspire los armarios regularmente.
7. Utilice fundas antiácaros, en caso que se sepa que se es alérgico a los mismos.
8. A la hora de viajar, optar por lugares de escasa vegetación o polenización.
9. No frotarse los ojos.
10. Los usuarios de lentillas extremarán la limpieza.



SALUD DENTAL

Jordi Cambra

Médico especialista en periodoncia e implantes



La vida moderna y el apretamiento dental

Salud Dental es una nueva sección que aparecerá periódicamente en estas páginas bajo el asesoramiento de Cambra Clínic, y en la que se tratarán temas de odontología de general interés que han sido sugeridos por nuestros lectores. Este mes se aborda el apretamiento dental, un problema que tiene directa relación con los hábitos de la vida moderna y que afecta a buena parte de la población adulta española.

Si al levantarnos por la mañana tenemos fuertes dolores de cabeza, de oído o en la articulación mandibular; lo más probable es que durante la noche mientras dormimos, y de forma inconsciente, estemos apretando con fuerza los dientes.

El apretamiento dental (bruxismo) es un hábito parafuncional de alta capacidad destructiva que se agrava en situaciones de estrés y tensionales, pudiendo provocar dolores intensos. Para solucionar este problema se puede recurrir a un tratamiento de choque con medicación, corrientes relajantes o incluso infiltraciones locales.

El apretamiento dental está relacionado con situaciones de estrés y tensión de la vida moderna

No obstante, a largo plazo, aconsejamos el uso de una placa de descarga. Consiste en un molde transparente hecho a medida que se coloca sobre la dentadura, normalmente durante la noche, para protegerla. El alivio del dolor es inmediato.

CAUSAS: Normalmente, el apretamiento dental está directamente relacionado con situaciones de estrés y tensionales propias de la vida moderna. Antiguamente, cuando el ritmo de vida era otro, esta patología era poco frecuente.

SÍNTOMAS: El principal síntoma es el dolor. Puede manifestarse tanto en la articulación temporomandibular como en fuertes dolores de cabeza y de oído.

Puesto que es difícil para una persona desconocedora del tema relacionar estos síntomas con el apretamiento dental, a menudo acuden a los especialistas equivocados para solucionar su problema. Por ejemplo, si un fuerte dolor de oído es causado por el bruxismo, el médico otorrino no encontrará ninguna patología y el paciente puede sentirse frustrado.

CONSECUENCIAS:

- * Desgaste de los dientes
- * Fracturas del esmalte e incluso de la raíz dentaria.
- * Aflojamiento de los dientes del hueso.
- * Activación de procesos infecciosos de dientes tratados.
- * Lesiones en la articulación temporomandibular.
- * Fracaso de prótesis por sobrecarga.
- * Dolor generalizado en los dientes o localizado en la zona articular.

SOLUCIONES: En caso de dolor agudo se debe realizar un tratamiento de choque con medicación, sesiones de corrientes relajantes o incluso infiltraciones locales.

El tratamiento a largo plazo consiste en la fabricación de una placa de descarga de relajación, hecha a medida con resina rígida transparente que se adapta a los dientes y se utiliza por las noches con un resultado muy eficaz.

CAMBRA CLÍNICA

 C/Ganduxer 122, Barcelona . Tel. 932121008
 www.cambraclinic.com


tu ayuda tiene mucho que ver



Con tu contribución a la Fundación Barraquer

- Apoyarás las expediciones oftalmológicas a países necesitados como Senegal, Camerún, India, etc.
 - Facilitarás el traslado a Barcelona de los pacientes más graves.
- Contribuirás a la formación de nuevos especialistas, a través de la unidad acreditada de formación MIR y del programa de postgrado de la UAB.
- Apostarás por la investigación básica y aplicada mediante la Cátedra de Investigación en Oftalmología "Joaquín Barraquer", que dispone de un amplio equipo multidisciplinar.
 - Harás posible la labor del Banco de Ojos (BUTC).

www.barraquer.com

Laforja 88 • 08021 Barcelona • Tel. 93 209 53 11