



Conjuntivitis alérgica

¿Qué es una conjuntivitis?

La conjuntivitis consiste en una inflamación de la conjuntiva, una membrana mucosa fina y transparente que cubre la superficie del ojo. Esta inflamación hace más visibles los vasos sanguíneos, lo que le da al ojo un color rosado o rojizo. Es una de las afecciones del ojo más frecuentes, tanto en niños como en adultos.

¿Cuáles son las causas de una conjuntivitis alérgica?

La conjuntivitis alérgica está causada por una respuesta excesiva de nuestro organismo frente a un agente externo (alérgeno). Los alérgenos más frecuentes son: el polen, los ácaros del polvo y el epitelio y pelo de los animales domésticos (gato y perro). Puede presentarse sola o acompañada de otras enfermedades alérgicas como la [rinitis](#) o la [dermatitis atópica](#) y de otras manifestaciones como [asma](#), [urticaria](#), [alergias alimentarias](#), etc. Es un cuadro típico de niños, adolescentes o adultos jóvenes.

Las conjuntivitis alérgicas pueden ser estacionales (solo en algunos meses del año) o perennes (durante todo el año, aunque generalmente con empeoramiento estacional).

La conjuntivitis alérgica, al contrario que la vírica o bacteriana, no es contagiosa.

¿Qué síntomas produce una conjuntivitis alérgica?

Los signos y síntomas de la conjuntivitis alérgica son muy variados, aunque en casi todos los casos predomina el picor. Suele estar acompañado de molestias y enrojecimiento ocular leve. En ocasiones hay edema (acúmulo de líquido) en la conjuntiva y los párpados, que es mayor por las mañanas. Las lagañas, de existir, son blanquecinas y no muy abundantes.

¿Cómo se diagnostica una conjuntivitis alérgica?

Su pediatra diagnosticará la conjuntivitis alérgica mediante una historia clínica y una exploración ocular. Es más frecuente en pacientes con antecedentes de alergia en la familia.

La exploración ocular en la consulta permite detectar signos típicos de conjuntivitis alérgica y confirmar la sospecha clínica.

En algunas formas de alergia ocular con pocos signos de enfermedad y mala respuesta al tratamiento es necesaria la valoración por un oftalmólogo. Si el proceso tiende a la cronicidad su oftalmólogo puede considerar un estudio por parte del alergólogo.

¿Cuál es el tratamiento de una conjuntivitis alérgica?

La medida higiénica fundamental es evitar la exposición a los alérgenos ambientales (pólenes, polvo, pelos de animales, etc.) en caso de ser conocidos.

Es importante evitar el rascado pues produce mayor picor a medio plazo, así como mayor duración de los

síntomas. El rascado puede contribuir a lesionar la córnea si se realiza de forma habitual y mantenida.

Su médico le indicará el tratamiento más adecuado en su caso. Es conveniente que aplique los colirios fríos, pues se obtiene mayor alivio. Por lo general el tratamiento suele incluir:

1. Lavados frecuentes de la superficie ocular (4-5 veces al día) con envases pequeños de suero fisiológico, que puede conservar en nevera para obtener un mayor alivio de los síntomas.
2. Lágrimas artificiales 4-5 veces al día, recomendable además después de cada lavado.
3. Compresas frías sobre los párpados, pueden ayudar a disminuir la inflamación.
4. Colirios antihistamínicos o antiinflamatorios en frecuencia y duración individualizada.

En ocasiones, sobre todo si existen otros síntomas de alergia, se puede reforzar el tratamiento con jarabes o pastillas.

¿Cómo puedo prevenirla?

El mejor tratamiento es evitar la exposición al alérgeno, lo que no siempre es posible. Una serie de medidas a tener en cuenta son:

- Mantener una correcta higiene del hogar, preferiblemente con aspiradora.
- Emplear colchones y ropa de cama sintéticos. Evitar alfombras, cortinas y peluches.
- Colocar filtros antipolen en el coche y mantener las ventanillas cerradas durante los viajes.
- Cerrar las ventanas de casa los días de viento.
- Evitar animales domésticos.
- No emplear lentes de contacto durante las crisis.
- Evitar perfumes y maquillajes potencialmente alérgicos.
- Lavados frecuentes de los ojos con suero fisiológico estéril y no con otras sustancias.

Artículo publicado el 15-6-2020, revisado por última vez el 27-4-2023

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

<https://enfamilia.aeped.es/temas-salud/conjuntivitis-alergica>