



## 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>