

# Sequedad ocular

La superficie del ojo está protegida por lágrimas. Las lágrimas se componen de 3 capas: una capa acuosa, una capa lipídica (grasa u oleosa) y una capa mucínica. Cuando el ojo no produce la cantidad suficiente de lágrimas, o cuando las lágrimas carecen de una o más de estas capas, el ojo puede sentirse seco. La sequedad ocular también se denomina **xerofthalmia**. La sequedad ocular es común y puede relacionarse con problemas en los ojos o enfermedades que afectan todo el cuerpo. La sequedad ocular es un **efecto adverso** (efecto secundario) frecuente de los medicamentos. Puede provocar irritación o inflamación de la **córnea** (superficie del ojo) y causar problemas en la visión. Las personas que sufren sequedad ocular suelen ser derivadas a un oftalmólogo. Los oftalmólogos son médicos especializados en el tratamiento de enfermedades oculares y en procedimientos quirúrgicos en el ojo.

## SÍNTOMAS

- Sequedad en la superficie ocular.
- Sensación arenosa o áspera en el ojo.
- Picazón o ardor en el ojo.
- Exceso de mucosidad en la superficie del ojo.
- Escasez de lágrimas, a menudo seguida por momentos de lagrimeo excesivo.
- Enrojecimiento o irritación de la superficie del ojo.
- Sensibilidad a la luz.
- Visión borrosa o cansancio de la vista al usar una pantalla de computadora o leer durante períodos prolongados.
- Dificultad para usar lentes de contacto.

Los síntomas pueden empeorar en lugares donde el aire es muy seco, como en el interior de aviones, en espacios públicos con calefacción o aire acondicionado, o en climas de baja humedad (como el desierto). La exposición a irritantes en el aire, como el humo de cigarrillo o la contaminación, puede empeorar los síntomas de la sequedad ocular.

## FACTORES DE RIESGO

- Muchos trastornos autoinmunitarios se asocian con la sequedad ocular, como el síndrome de Sjögren, el lupus eritematoso sistémico y la artritis reumatoide.
- Los cambios hormonales en la mujer, sobre todo durante y después de la menopausia, se asocian con sequedad ocular.
- Las personas mayores tienen más probabilidades de padecer sequedad ocular.
- Medicamentos como betabloqueantes o antihistamínicos se asocian con la sequedad ocular. Consulte con su médico o farmacéutico sobre los efectos adversos de los medicamentos que toma.
- Los cambios en la córnea pueden causar sequedad ocular. Entre los factores que pueden causar cambios corneales se incluyen uso de lentes de contacto, irritación o infección de la córnea, cirugía de córnea y diabetes.

## TRATAMIENTO

Para lograr que el ojo se sienta más húmedo, pueden usarse colirios o lágrimas artificiales. Son de venta libre. Ciertos colirios especializados pueden ser recetados por un oftalmólogo. Puede resultar útil realizar cambios en el estilo de vida, en especial, evitar el humo de cigarrillo y otras cosas que irriten los ojos. Humidificar el aire en la casa o el trabajo puede aliviar los síntomas de la sequedad ocular. En algunas personas, los procedimientos para obstruir la secreción lagrimal pueden aumentar la cantidad de lágrimas que permanece en el ojo.

Fuentes: National Eye Institute, American Academy of Ophthalmology, Mayo Clinic

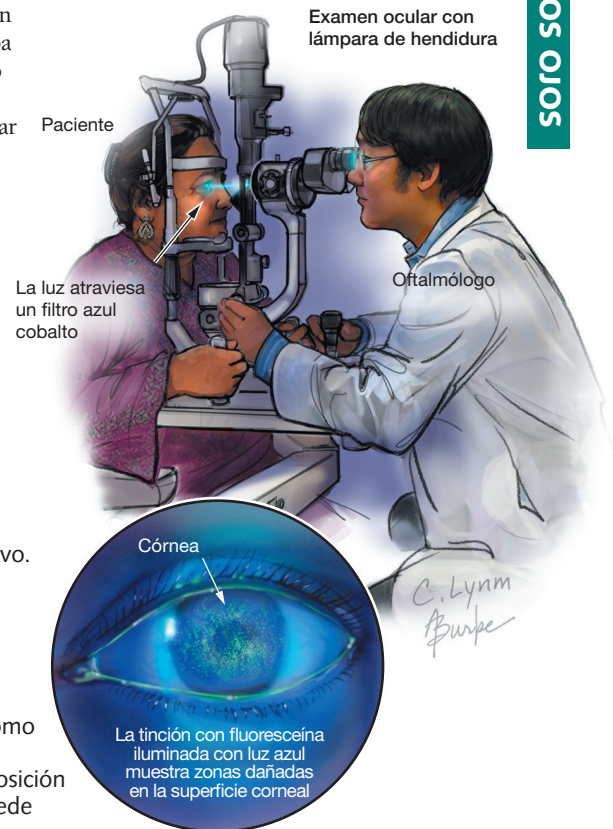
Janet M. Torpy, MD, Autora

Cassio Lynn, MA, Ilustrador

Robert M. Golub, MD, Editor

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio al público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte con su médico. Los médicos y otros profesionales del cuidado de la salud pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales, para compartirla con los pacientes.

Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.



## PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- National Eye Institute (Instituto Nacional Oftalmológico) [www.nei.nih.gov](http://www.nei.nih.gov)
- American Academy of Ophthalmology (Academia Estadounidense de Oftalmología) [www.geteyesmart.org](http://www.geteyesmart.org)

## INFÓRMESE

Para encontrar esta y otras Hojas para el Paciente de JAMA, vaya al índice de Patient Page (Hoja para el Paciente) del sitio web de JAMA en [www.jama.com](http://www.jama.com). Muchas están disponibles en inglés y español. Se publicó una Hoja para el Paciente sobre síndrome de Sjögren en la edición del 28 de julio de 2010; otra sobre lupus eritematoso sistémico se publicó en la edición del 10 de agosto de 2011; y otra sobre artritis reumatoide se publicó en la edición del 4 de mayo de 2011.

**JAMA**  
COPIA PARA  
SUS PACIENTES