



PERÚ

Ministerio  
de Salud



## NOTA DE PRENSA

Advirtieron especialistas del Instituto Nacional de Oftalmología

# LAVARSE LAS MANOS Y LA CARA TRES VECES AL DIA EVITA LA CONJUNTIVITIS

## Principal infección ocular en la época de verano

La adopción de simples medidas de higiene, como son lavarse las manos y la cara, tres veces al día con abundante agua y jabón, podría prevenir la principal patología del verano, la conjuntivitis. Así lo advirtieron especialistas del Instituto Nacional de Oftalmología (INO), tras destacar que este trastorno ocular es sumamente contagioso.

“Esta enfermedad se contagia al tocarse o lavarse los ojos con las manos sucias o utilizando agua contaminada, respectivamente. Por esa razón, se recomienda lavarse las manos con agua y jabón antes de tocarse los ojos, como mínimo tres veces al día”, manifestó el director del INO, Jorge Velazco Quiroga.

El médico explicó que también se puede evitar la conjuntivitis, si no se comparte toallas ni pañuelos, y más bien se hace uso de papel toalla desechable; si se cambia las fundas de las almohadas con frecuencia, si no se comparte cosméticos, y no se utiliza agua estancada en el aseo personal.

Asimismo invocó a los bañistas a no acudir a lugares expuestos a contaminación (piscinas sin cloración adecuada y playas declaradas no aptas por la autoridad sanitaria), y de acudir a playas aptas, enjuagarse las manos y cara con agua potable luego de salir del mar.

Velazco Quiroga explicó que la conjuntivitis se divide en dos tipos, las virales, con una duración de 7 a 14 días y se caracterizan por enrojecimiento de los ojos, lagrimeo y presencia de legaña blanquecina; y la bacteriana, que suele presentarse con gran inflamación y presencia de legaña amarillenta o verdosa, y que en algunas ocasiones puede comprometer los párpados y otras estructuras oculares generando la celulitis orbitaria.

En ese sentido, el funcionario pidió a las personas que presenten estos síntomas a acudir al INO, u otro establecimiento de salud con servicio oftalmológico, del ámbito público y privado, para iniciar el adecuado tratamiento.

“No se debe hacer uso de frascos con gotas oftálmicas abiertas y/o sin uso durante largo tiempo, para no acudir al médico. La conjuntivitis se debe tratar, porque puede generar la pérdida de la visión.”, dijo.

Velazco Quiroga agregó que si la infección es tratada tardíamente, el paciente puede desarrollar cuadros de rechazo a la luz (fotofobia), picazón, dolor, enrojecimiento de los ojos, hinchazón de los párpados, lagrimeo constante, e inclusive hemorragias a nivel de la conjuntiva del globo ocular como resultado de una reacción inflamatoria.

El especialista del INO informó que el tratamiento inicial de la conjuntivitis, sea viral o bacteriana, se realiza mediante la limpieza de los ojos con agua o suero fisiológico. En ocasiones se recomienda el tratamiento con antibióticos aplicados en forma de colirio o crema ocular. Para que el antibiótico sea eficaz se debe retirar las secreciones acumuladas lavando el ojo con agua o suero.

### Estadísticas

El año pasado, el INO diagnosticó 3 mil 419 casos de conjuntivitis aguda por diversas causas, la gran mayoría (70 a 80%) por consecuencia de un virus; siendo la población más vulnerable los adultos de 21 a 60 años y los menores de 4 años de edad.

Cualquier coordinación adicional con el Lic. Miguel Quevedo Saavedra de la oficina de Comunicaciones del INO al 202-8365, 202-9060 (Ax. 5046), 99780-5908 o por mail a: [mquevedo@ino.org.pe](mailto:mquevedo@ino.org.pe)



Lima, 27 de diciembre de 2010  
AGRADECEMOS SU DIFUSIÓN  
OFICINA DE COMUNICACIONES - INO