

Las enfermedades del viajero también pueden afectar a los ojos

Publicado el: 14-08-2023

Las enfermedades del viajero son más comunes en las vacaciones de verano cuando nos desplazamos con más frecuencia al extranjero. Los oftalmólogos advierten que varias de estas enfermedades pueden afectar también a los ojos y dañar nuestra salud visual.

Las enfermedades del viajero son aquellas causadas por microbios como bacterias, virus o parásitos y suelen contagiarse cuando viajamos a países extranjeros y algunas de estas patologías pueden afectar gravemente a los ojos comprometiendo la salud ocular.

El Instituto Oftalmológico Fernández-Vega (IOFV), con el objetivo de fomentar la prevención y el cuidado ocular durante los viajes de verano, ofrece una serie de recomendaciones para evitar estas enfermedades.

Según indica el doctor Luis Fernández-Vega-Felgueroso, oftalmólogo especialista del citado instituto, en verano existen diversos factores que pueden comprometer la salud ocular como el sol, el agua o la arena.

A estos factores, el oftalmólogo añade las enfermedades del viajero: “Cuando viajamos a determinadas zonas en el extranjero podemos exponernos a enfermedades que afectan directamente a nuestros ojos y a nuestra vista, por eso debemos mantener cuidada siempre nuestra salud ocular”.

De la oncocercosis al tracoma

Algunas enfermedades del viajero que pueden causar enrojecimiento e irritación en los ojos son el sarampión, las paperas (una infección vírica que afecta a las glándulas salivares), la rubeola, la varicela y el zika.

Sin embargo, la oncocercosis, el tracoma y la conjuntivitis infecciosa son tres de las enfermedades del viajero más comunes que afectan a nuestros ojos.

1. Oncocercosis o ceguera de los ríos

La oncocercosis se transmite por la picadura de moscas negras infectadas. Los efectos oculares pueden variar desde trastornos leves hasta la pérdida total de la visión. Es fundamental tomar medidas preventivas, como el uso de repelentes de insectos y ropa protectoras en áreas donde esta enfermedad es endémica como Brasil, Venezuela y África.

2. El tracoma

El tracoma es una infección bacteriana crónica que afecta a la conjuntiva y la córnea del ojo. Su propagación se produce por contacto directo con secreciones oculares previamente infectadas. Es más común en las regiones con bajas condiciones de higiene y en zonas de África donde reside aproximadamente el 85 % de las personas afectadas.

3. La conjuntivitis infecciosa

Se desarrolla generalmente por virus y bacterias en zonas poco higiénicas. Según el doctor Luis Fernández-Vega Cueto-Felgueroso, “su contagio tiene una ventana de entre 7 y 14 días y se

puede transmitir solo con pasar la mano por los ojos después de tocar una superficie u objeto que haya tocado antes una persona infectada”.

enfermedades viajero ojos

Es importante seguir las recomendaciones de los expertos para mantener una correcta higiene ocular.

Prevención, fundamental para cuidar nuestra visión

“La prevención es la mejor herramienta para cuidar nuestra visión mientras exploramos el mundo”, explica el especialista del Instituto Oftalmológico Fernández Vega.

Por ello, el experto recomienda:

Extremar la higiene y lavarse siempre las manos.

Utilizar gafas homologadas con filtro solar para rayos UV.

No compartir toallas, sábanas, ropa, productos cosméticos o protector solar facial, sobre todo si hay sospecha de infección.

Evitar frotarse los ojos .

Reducir en la medida de lo posible la exposición al sol.

Para prevenir la sequedad ocular se debe controlar los factores ambientales como el uso del aire acondicionado y protegerse del sol y el viento.

Papadear de forma frecuente.

Limitar las horas de exposición a pantallas del ordenador, móvil o tablets para descansar la vista periódicamente.

Usar lentes de contacto solo si es necesario

Dormir correctamente.

En caso de detectar signos de enfermedades oculares, desde el centro aconsejan acudir al oftalmólogo cuanto antes para iniciar el tratamiento idóneo en caso de ser necesario y poder realizar un seguimiento de la evolución.

Fuente: <https://netsaluti.com>