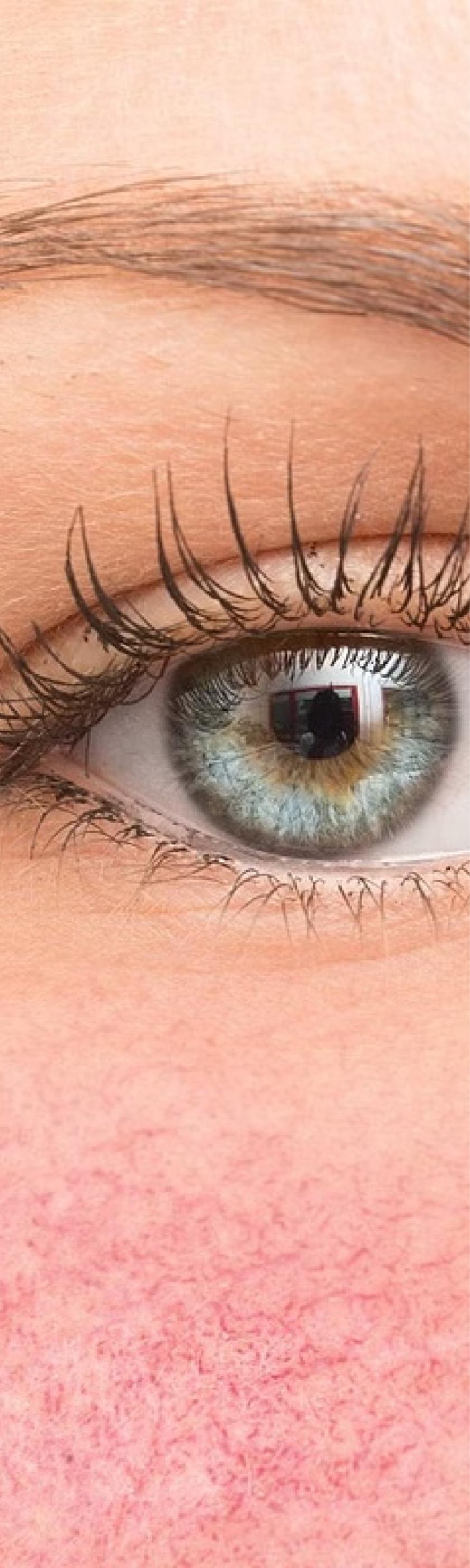




# Rosácea Ocular: ¿Tu Mirada en Riesgo?

Descubre cómo identificar, diagnosticar y tratar esta condición ocular más común de lo que crees. Desliza para conocer las claves.

Dra Melina Lois.



# ¿Qué es la Rosácea Ocular?



## Inflamación crónica

Afecta principalmente a los ojos y párpados, causando molestias persistentes y potencialmente dañinas para la visión



## Conexión cutánea

Relacionada directamente con la rosácea de la piel, aunque puede aparecer independientemente como única manifestación en algunos pacientes

# Datos que Debes Conocer

## 60%

Prevalencia significativa

De pacientes con rosácea cutánea eventualmente desarrollan manifestaciones oculares

## 30-50

Años críticos

Rango de edad más común para el diagnóstico inicial, aunque puede aparecer a cualquier edad

La rosácea ocular puede manifestarse antes, simultáneamente o después de los síntomas cutáneos, lo que dificulta su diagnóstico temprano en muchos casos.

# Síntomas que No Debes Ignorar

## Ojos rojos persistentes

Enrojecimiento crónico que no responde a colirios convencionales y puede empeorar con el tiempo

## Irritación constante

Sensación intensa de ardor, picazón o cuerpo extraño que interfiere con el confort diario

# Signos oculares externos

## FUERTEMENTE SUGESTIVOS

- Telangiectasias del margen palpebral: pequeños vasos sanguíneos dilatados visibles en el borde de los párpados
- Telangiectasias conjuntivales: vasos sanguíneos dilatados en la membrana que recubre el ojo
- Chalazión/orzuelo recurrente: inflamaciones repetitivas de las glándulas palpebrales

La presencia de estos signos clínicos aumenta significativamente la sospecha diagnóstica de rosácea ocular.

# Más Allá del Enrojecimiento



## Sequedad ocular

Sensación persistente de arenilla o cuerpo extraño que provoca incomodidad constante



## Fotofobia

Sensibilidad anormal a la luz que causa malestar significativo ante fuentes luminosas

# ¿Es Rosácea o Algo Más?



## Conjuntivitis

Afección temporal que generalmente se resuelve en semanas con tratamiento adecuado, mientras que la rosácea ocular es una condición crónica que requiere manejo continuo a largo plazo



## Blefaritis simple

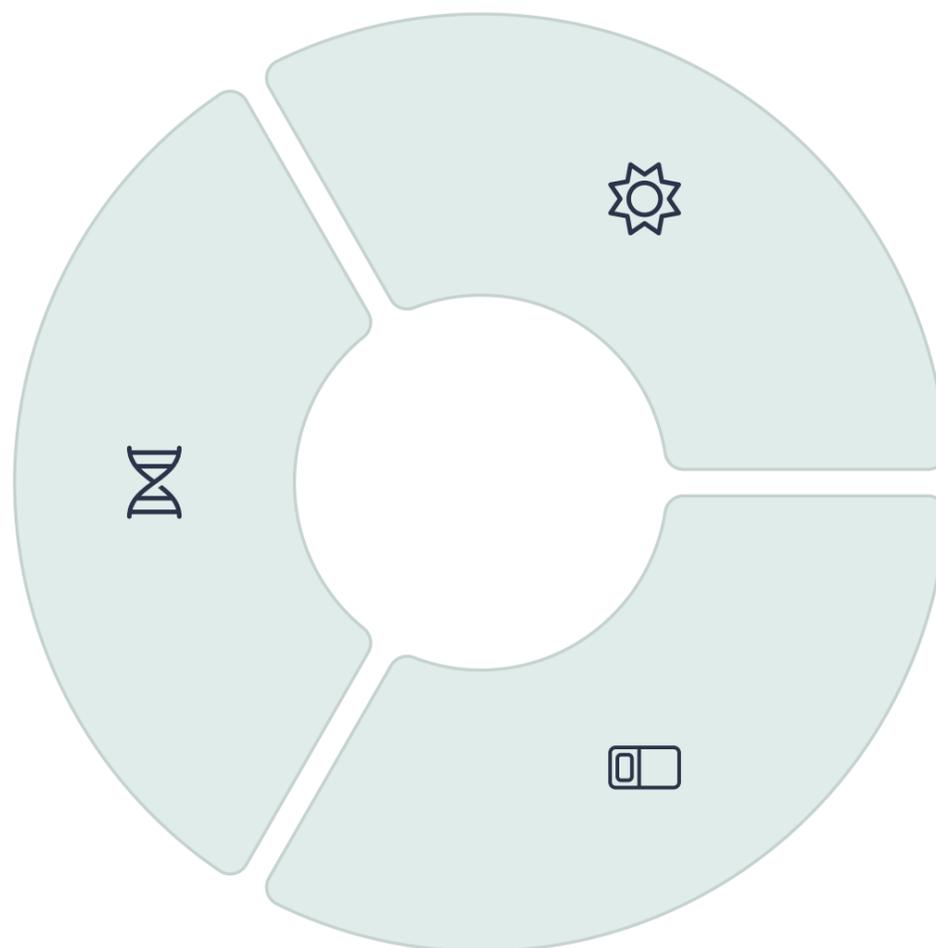
Se concentra únicamente en el borde de los párpados sin comprometer otras estructuras oculares, a diferencia de la rosácea que afecta simultáneamente la superficie ocular, glándulas y vasos sanguíneos



## Síndrome de ojo seco

Aunque comparte síntomas de sequedad e irritación, carece de las características telangiectasias y del componente inflamatorio crónico que distinguen a la rosácea ocular como una patología más compleja

# ¿Por Qué Aparece?



## Genética

Predisposición hereditaria que aumenta significativamente el riesgo de desarrollar rosácea ocular, especialmente en personas con antecedentes familiares directos



## Sol

La exposición prolongada a rayos UV daña los vasos sanguíneos oculares y empeora la inflamación, acelerando la progresión de la enfermedad



## Estrés

Activa respuestas inflamatorias que intensifican los síntomas, creando un ciclo negativo donde el malestar ocular aumenta la ansiedad del paciente

# Desencadenantes a Evitar



## Alimentos picantes

Provocan vasodilatación intensa que agrava la inflamación ocular existente



## Alcohol

Especialmente vino tinto, desencadena brotes severos por su efecto inflamatorio



## Cambios térmicos

Exposición a temperaturas extremas que alteran la circulación periocular



## Diagnóstico Inicial

Historia clínica completa

Documentación exhaustiva de antecedentes personales y familiares de rosácea o afecciones inflamatorias oculares

Examen físico detallado

Evaluación minuciosa de ojos, párpados y piel facial para identificar signos característicos de la enfermedad

Valoración especializada

Interconsulta con oftalmología para evaluación con equipamiento especializado y confirmación diagnóstica

# Higiene: Tu Primera Defensa

1

## Limpieza diaria

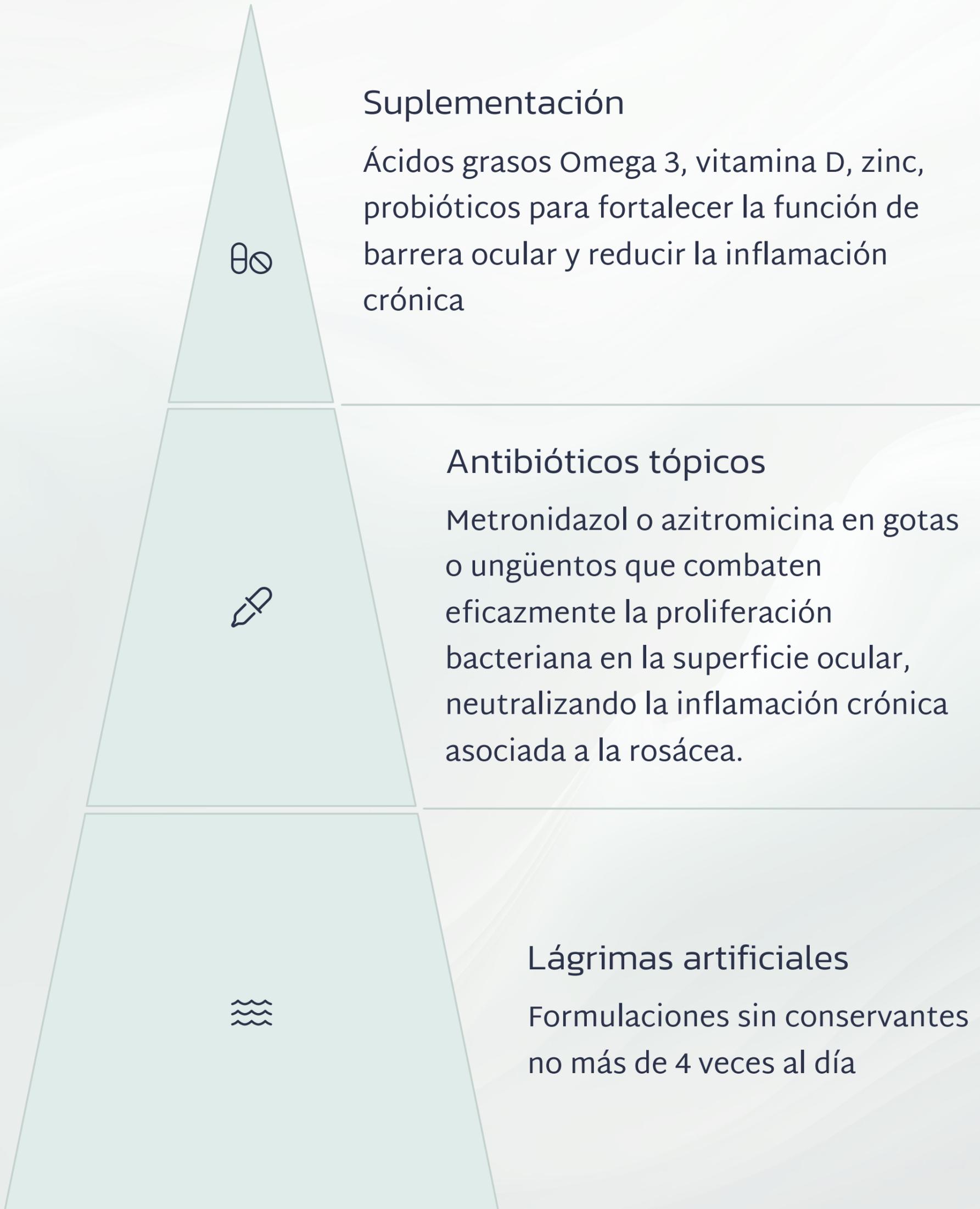
Utilice champú de bebé diluido en proporción 1:10 o aceite de árbol de té (Tea tree oil) mezclado con agua tibia para limpiar suavemente el borde palpebral y eliminar residuos que agravan la inflamación

2

## Compresas tibias

Aplique durante 5-10 minutos sobre los párpados cerrados para estimular las glándulas de Meibomio, reducir la inflamación y aliviar la sensación de irritación ocular

# Medicamentos Esenciales



# Terapias Avanzadas

## Luz Pulsada Intensa (IPL)

- Reduce la inflamación del borde palpebral mejoran la hinchazón y el enrojecimiento
- Mejora la circulación de la zona
- Contribuye a la eliminación del Demódex

# Autocuidado Diario



## Rutina constante

Establece y mantén una rutina de higiene ocular diaria para prevenir complicaciones y reducir la intensidad de los brotes inflamatorios



## Protección UV

Utiliza gafas de sol con protección UV y sombrero de ala ancha para minimizar la exposición solar que puede exacerbar los síntomas oculares



## Diario de desencadenantes

Registra sistemáticamente los factores que empeoran tus síntomas, como alimentos, estrés o condiciones ambientales, para desarrollar estrategias de prevención personalizadas



# Tu Vista es Prioridad

La detección temprana y el tratamiento adecuado son clave para controlar la rosácea ocular. Consulta a un oftalmólogo ante los primeros síntomas.

¿Conoces a alguien con estos síntomas? Comparte esta información para ayudar a proteger su visión. ¡Tu compartir puede hacer la diferencia!