



Conjuntivite é a inflamação da conjuntiva, membrana transparente e fina que reveste a parte da frente do globo ocular (o branco dos olhos) e o interior das pálpebras. Em geral, ataca os dois olhos, pode durar de uma semana a 15 dias e não costuma deixar sequelas. Ela pode ser aguda ou crônica, afetar um dos olhos ou os dois.

Causas

A conjuntivite pode ser causada por reações alérgicas a poluentes ou substâncias irritantes (poluição, fumaça, cloro de piscinas, produtos de limpeza ou de maquiagem, etc.). A mais comum delas é a conjuntivite primaveril, ou febre do feno, geralmente causada por pólen espalhado no ar.

A conjuntivite pode ser causada também por vírus e bactérias. Nestes casos, ela é contagiosa e pode ser transmitida pelo contato direto com as mãos, com a secreção ou com objetos contaminados.

Sintomas

- * Olhos vermelhos e lacrimejantes;
- * Pálpebras inchadas;
- * Sensação de areia ou de ciscos nos olhos;
- * Secreção purulenta (conjuntivite bacteriana);
- * Secreção mucosa (conjuntivite viral);
- * Coceira.

Tratamento

O tratamento da conjuntivite é determinado pelo agente causador da doença. Para a conjuntivite viral não existem medicamentos específicos. Já, o tratamento da conjuntivite bacteriana inclui a indicação de colírios antibióticos, que devem ser prescritos por um médico, pois alguns colírios são altamente contraindicados, porque podem provocar sérias complicações e agravar o quadro.

Cuidados especiais com a higiene ajudam a controlar o contágio e a evolução da doença. Qualquer que seja o caso, porém, é fundamental lavar os olhos e fazer compressas com água gelada, que deve ser filtrada e fervida, ou com soro fisiológico comprado em farmácias ou distribuído nos postos de saúde.

Recomendações

- * Evite aglomerações ou frequentar piscinas de academias ou clubes;
- * Lave com frequência o rosto e as mãos, uma vez que estas são veículos importantes para a transmissão de micro-organismos patogênicos;
- * Não coce os olhos;
- * Prefira usar toalhas de papel para enxugar o rosto e as mãos, ou lave todos os dias as toalhas de tecido;
- * Troque as fronhas dos travesseiros diariamente, enquanto perdurar a crise;
- * Não compartilhe o uso de esponjas, rímel, delineadores ou de qualquer outro produto de beleza;
- * Não se automedique.