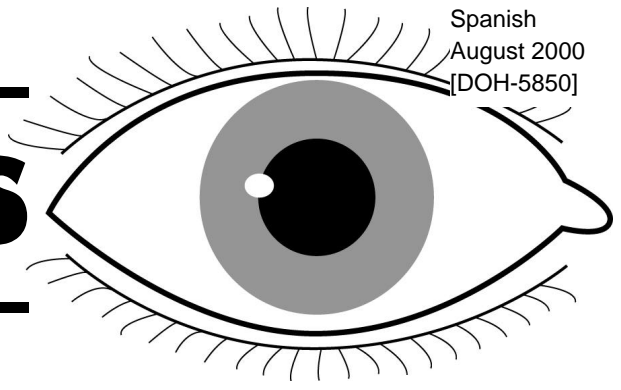


# La blefaritis



## Blepharitis

### ¿Qué es la blefaritis?

La blefaritis o inflamación crónica del párpado es una afección muy común y molesta. Los síntomas pueden ser leves: consisten en una sensación arenosa y dolor en los párpados (éste es el tipo más común). O puede ser más severa y causar una deformidad de los párpados con lo que las pestañas crecen hacia adentro.

La blefaritis se ve comúnmente asociada con la piel seca, p.ej. eczema y psoriasis. Los orzuelos en los párpados son mucho más comunes cuando la persona sufre de blefaritis.

### ¿Existe una cura?

No es posible curar la blefaritis; no obstante, es posible aliviar los síntomas con una serie de medios mecánicos y médicos. El tratamiento procura:

1. Mantener los párpados limpios, es importante bañarlos para eliminar las cáscaras y costras.
2. Tratar la infección con un ungüento antibiótico en la zona del párpado a fin de evitar las infecciones secundarias.
3. Reemplazar las lágrimas: es posible que sean necesarias las lágrimas artificiales a fin de aliviar los síntomas.

### Cómo bañar los párpados

Pruebe este método sencillo.

Primero, bañe los párpados. Si los ojos siguen doliendo o siguen sintiéndose arenosos después de baños periódicos, es importante consultar al médico. Es posible que sea necesario el tratamiento con ungüento o lágrimas artificiales.

Los números telefónicos indicados son correctos al momento de publicación, pero cambian continuamente. Puede ser necesario verificar los números en la guía telefónica.

### Cómo bañar los párpados

1. Primero lávese las manos.
2. Cierre ambos ojos y aplique compresas a los ojos por dos minutos.
3. Masajee los párpados (suavemente)
4. Use champú para bebés (Johnsons Baby Shampoo): 5 gotas de champú en media taza de agua hervida  
○  
1 cucharadita de bicarbonato de soda en medio litro de agua hervida.
5. Deje enfriar la solución mezclada antes de usarla.
6. Use algodoncitos (cotton buds) o gaza que no deje pelusa y frote suavemente los bordes de los párpados y las pestañas.
7. Enjuague con agua fría, dos o tres veces al día cuando estén irritados, y una vez al día cuando no estén irritados.

### Agradecimientos

Esta información fue preparada por el personal del Hospital de Sydney y del Hospital de Ojos de Sydney, en colaboración con Multicultural Communication.

