



## Pingüecula y Pterigión

### ¿Qué son la pingüecula y el pterigión?

La **pingüecula** y el **pterigión** son crecimientos en la conjuntiva del ojo, la capa transparente que cubre la parte blanca del ojo.

La **pingüecula** es un crecimiento que se ve como una mancha o protuberancia amarillenta en la conjuntiva. Suele aparecer en el lado del ojo, cerca de la nariz. La pingüecula es un depósito de proteína, grasa o calcio.

El **pterigión** es un crecimiento de tejido carnoso que puede comenzar como una pingüecula. Puede permanecer pequeño o crecer a un tamaño suficientemente grande como para cubrir parte de la córnea. Cuando esto sucede, puede afectar la visión.

Se cree que tanto la pingüecula como el pterigión son causados por tener los ojos secos. Estos crecimientos también pueden ser causados por la exposición al viento, el polvo y la luz ultravioleta (UV) del sol.



### Vocabulario útil relacionado con los ojos

**Conjuntiva:** tejido transparente que cubre la parte blanca del ojo y el interior de los párpados.

**Córnea:** ventana transparente en forma de cúpula de la parte delantera del ojo. Enfoca la luz en el ojo.

**Esclerótica:** la capa exterior del ojo. Es la parte "blanca" del ojo.

### Cómo evitar tener una pingüecula y un pterigión

Si ha tenido una pingüecula o un pterigión anteriormente al menos una vez, procure evitar exponerse a las cosas que causan estos crecimientos. Por ejemplo:

- use lentes de sol para proteger los ojos de la luz ultravioleta (UV)
- protéjase los ojos del polvo usando lentes o gafas protectoras
- use lágrimas artificiales cuando tenga los ojos muy secos

### ¿Cuáles son los síntomas de la pingüecula y el pterigión?

Los síntomas de la pingüecula y el pterigión pueden variar de leves a graves. Por ejemplo:

- enrojecimiento e hinchazón de la conjuntiva, mayormente cuando crece el pterigión
- una mancha o protuberancia amarillenta en la parte blanca del ojo
- sequedad, picazón y ardor en los ojos. Sensación de arena o gravilla en el ojo.
- visión borrosa

### ¿Cómo se trata la pingüecula y el pterigión?

En muchos casos, no es necesario tratar ni la pingüecula ni el pterigión. Sin embargo, si tiene malestar en los ojos o la visión afectada, puede necesitar tratamiento.

### Tratamiento de la pingüecula

Las gotas para lubricar los ojos pueden ayudar a aliviarle la irritación del ojo seco por la pingüecula. También ayudan a aliviar la sensación molesta de tener algo en el ojo. Si la pingüecula causa enrojecimiento e inflamación del ojo, el doctor puede recetarle gotas oculares con esteroides.

Cuando una pingüecula le afecta la visión o su apariencia le molesta, puede ser necesario someterse a una cirugía.

### Tratamiento de pterigión

Su oftalmólogo puede tratar el malestar, el enrojecimiento o la hinchazón de un pterigión con gotas para los ojos con lubricante o esteroides.

Si el pterigión crece a un tamaño suficientemente grande como para causar problemas, el oftalmólogo probablemente le recomiende someterse a una cirugía para extirparlo. Una vez que el pterigión es extirpado, el cirujano puede trasplantar un trozo delgado de tejido normal en la zona afectada. Esta técnica ayuda a disminuir las probabilidades de que vuelva a crecerle un pterigión.

La mejor manera de impedir que le vuelvan a salir la pingüecula y el pterigión es evitando la sequedad, la luz solar y el polvo.

### Resumen

La pingüecula y el pterigión son crecimientos en la parte blanca del ojo. La pingüecula es una mancha o protuberancia amarillenta en la conjuntiva, a menudo localizada en el lado del ojo cerca de la nariz. El pterigión es un crecimiento carnoso que puede comenzar como un pingüecula. Puede crecer a un tamaño lo suficientemente grande como para cubrir parte de la córnea. Se cree que ambos pueden ser causados por la exposición a la luz ultravioleta (UV) del sol.

El tratamiento de la pingüecula y el pterigión puede consistir en gotas para los ojos con lubricante o gotas para los ojos con esteroides. Si el pterigión crece a un tamaño suficientemente grande como para causar problemas, probablemente le recomienden una cirugía para extirparlo.

La mejor manera de impedir que le regresen una pingüecula y un pterigión es evitando la sequedad, la luz solar y el polvo.

Infórmese más sobre la salud ocular en OjosSanos—una publicación de la Academia Americana de Oftalmología—en [aao.org/salud-ocular](http://aao.org/salud-ocular).

**CORTESÍA DE:**

