

# Mascarillas, higiene de manos y alergia



## Mascarillas

Actúan como barrera de filtración y retienen los microorganismos, además de otras partículas transportadas por el aire<sup>1</sup>.

### El uso de mascarillas:

- **↓ 80%** las partículas de polen y polvo en el aire inhalado<sup>1</sup>.
- **↓ la gravedad** de los síntomas de la rinitis alérgica, el consumo de medicamentos de rescate y las visitas a urgencias<sup>1,2</sup>.

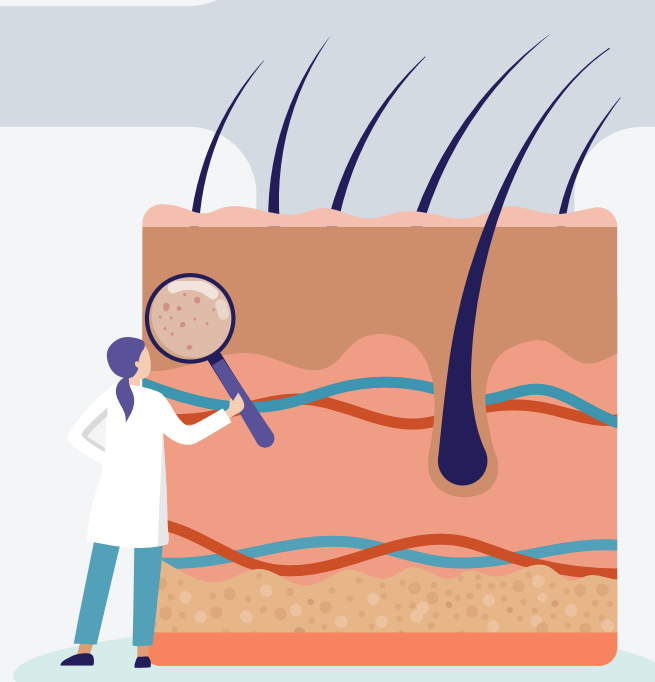


**Las mascarillas FFP2 son las indicadas en pacientes alérgicos<sup>1,3</sup>:**

- ★ retienen partículas de hasta 0,3 µm; y
- ★ permiten un sellado óptimo fácil.

### El uso prolongado<sup>4</sup>:

- **↓** la permeabilidad de la piel;
- **↑** la sensibilidad a irritantes;
- **↑** el riesgo de dermatitis de contacto irritante o alérgica.



Las mascarillas pueden contener **alérgenos<sup>4-6</sup>**:

- formaldehído,
- derivados del poliuretano,
- tiuram...



## Higiene de manos

El lavado de manos durante 20 segundos con agua y jabón o, si no están disponibles, con gel hidroalcohólico, reduce la transmisión del coronavirus<sup>7</sup>.



### El exceso de humedad, jabones y soluciones alcohólicas:

- alteran la integridad de la barrera epidérmica<sup>7</sup>;
- **↑** el riesgo de xerosis y de dermatitis de contacto irritante o alérgica<sup>8</sup>.

Los productos de higiene pueden contener **alérgenos<sup>7</sup>**:

- surfactantes,
- conservantes,
- propilenglicol,
- fragancias...



### El uso de guantes agrava los problemas de la piel<sup>7,8</sup>:

- **↑** la sudoración;
- pueden causar reacciones alérgicas (al látex o a los aceleradores utilizados en la fabricación).

## Recomendaciones



Seleccionar el tipo y la talla adecuados de mascarilla<sup>4,9</sup>.



Si se tiene alergia a un componente específico, utilizar **mascarillas fabricadas con otros materiales** y, si no es posible, colocar dos capas de gasa en la parte interior<sup>4</sup>.



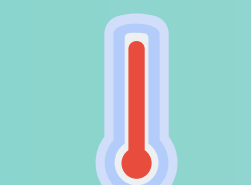
Utilizar **mascarillas certificadas** que contengan información sobre la composición<sup>4</sup>.



Antes de ponerse la mascarilla, **lavarse la cara con agua y limpiadores no jabonosos y sin aditivos<sup>9</sup>** y, si es necesario, aplicar una capa de **crema hipoalérgica<sup>10</sup>**.



Utilizar la mascarilla durante el **tiempo imprescindible** y sin sobrepasar el tiempo recomendado por el fabricante<sup>9</sup>.



Lavarse las manos con **agua tibia o fría<sup>7</sup>**.



**Secar las manos perfectamente**, incluidos los dedos y los espacios interdigitales<sup>9</sup>.



Tras la higiene de manos y/o cada 3 o 4 horas, **aplicar cremas emolientes**, preferentemente hipoalérgicas y sin fragancias<sup>7-9</sup>.



En pacientes con piel sensible y tendencia a la dermatitis se pueden pautar **ciclos cortos de corticoides tópicos** para reducir la inflamación<sup>8</sup>.



Si se sospecha dermatitis de contacto alérgica, se deben realizar **pruebas epicutáneas** para identificar el alérgeno responsable<sup>4,11</sup>.



Si las erupciones se mantienen o aparecen síntomas inflamatorios, se debe derivar al dermatólogo<sup>4</sup>.

1. Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica. Uso de mascarillas en pacientes alérgicos [Internet]. Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica. 29 abril 2020 [citado 3 mayo 2021]; 3 p. Disponible en: <https://www.seaic.org/download/10718/>. 2. Dror AA, Eisenbach N, Marshak T, Layous E, Zigron A, Shvatzki S, et al. Reduction of allergic rhinitis symptoms with face mask usage during the COVID-19 pandemic. J Allergy Clin Immunol Pract. 2020; 8 (10): 3590-3. 3. Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica. Preguntas frecuentes sobre la relación de las enfermedades alérgicas, en particular las debidas a pólenes ambientales y la infección por coronavirus [Internet]. Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica. 16 marzo 2020 [citado 7 mayo 2021]; 5 p. Disponible en: [http://www.allergytherapeutics.es/wp-content/uploads/2019/01/recomendaciones\\_covid-19\\_-\\_seaic.pdf](http://www.allergytherapeutics.es/wp-content/uploads/2019/01/recomendaciones_covid-19_-_seaic.pdf). 4. Di Altobrando A, La Placa M, Neri I, Piraccini BM, Vincenzi C. Contact dermatitis due to masks and respirators during COVID-19 pandemic: Contact we should do and what we should avoid. Dermatol Ther. 2020; 33 (6): e14528. 5. Aerts O, Dendooven E, Foubert K, Stappers S, Ulicki M, Lambert J. Surgical mask dermatitis caused by formaldehyde (releasers) during the COVID-19 pandemic. Contact Dermatitis. 2020; 83 (2): 172-3. 6. Xie Z, Yang YX, Zhang H. Mask-induced contact dermatitis in handling COVID-19 outbreak. Contact Dermatitis. 2020; 83 (2): 166-7. 7. Rundle CW, Presley CL, Militello M, Barber C, Powell DL, Jacob SE, et al. Hand hygiene during COVID-19: Recommendations from the American Contact Dermatitis Society. J Am Acad Dermatol. 2020; 83 (6): 1730-7. 8. Beiu C, Mihai M, Popa L, Cima L, Popescu MN. Frequent Hand Washing for COVID-19 Prevention Can Cause Hand Dermatitis: Management Tips. Cureus. 2020; 12 (4): e7506. 9. Grupo de Trabajo de Dermatología de la Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia. Cuidados y atención a los problemas de la piel en tiempos de COVID-19 [Internet]. Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia. 2020 [citado 3 de mayo de 2021]; 6 p. Disponible en: [https://www.semg.es/images/2020/Coronavirus/20201118\\_doc\\_tecnico\\_dermatologia.pdf](https://www.semg.es/images/2020/Coronavirus/20201118_doc_tecnico_dermatologia.pdf). 10. Patella V, Delfino G, Florio G, Spadaro G, Chieco Bianchi F, Senna G, et al. Management of the patient with allergic and immunological disorders in the pandemic COVID-19 era. Clin Mol Allergy. 2020; 18 (1): 18. 11. Wei Tan S, Chiat Oh C. Contact Dermatitis from Hand Hygiene Practices in the COVID-19 Pandemic. Ann Acad Med Singap. 2020; 49: 674-6.