Cómo cuidar la piel ante el uso prolongado de las mascarillas

Jorge Soto de Delás, responsable del Servicio de Dermatología de Policlínica Gipuzkoa, habla sobre los distintos tipos de mascarillas y los cuidados que se deben tomar para evitar problemas en la piel por su uso

El uso de las mascarillas como protección ante el coronavirus está provocando un aumento de afecciones en la piel como la dermatitis o el acné. Ante esta nueva realidad, Jorge Soto de Delás, responsable del Servicio de Dermatología de Policlínica Gipuzkoa ofrece consejos para que la piel no se vea tan afectada.

La utilización de las mascarillas puede crear dos tipos de problemas en la piel. Por una parte, puede producir el empeoramiento de enfermedades previas como el acné, la rosácea o la dermatitis seborreica. En segundo lugar, a las personas que no tenían ningún tipo de problema previo en la piel, les puede producir irritaciones, roces, inflamación o dermatitis.

Este tipo de problemas o empeoramientos se pueden disminuir sensiblemente utilizando una mascarilla adecuada. “Las FFP2 protegen y evitan la difusión del virus, pero irritan mucho más la piel porque ocluyen mucho. Solo las necesitan los sanitarios en determinadas ocasiones” explica el doctor Jorge Soto. Para el resto de la población, se recomiendan las mascarillas quirúrgicas o de tela, “la mascarilla de tela es peor que la quirúrgica, pero si es la única que una persona puede soportar, es mejor que utilice esa a otra que teóricamente es mejor pero que causa incomodidad y se la está toqueteando constantemente”.

Además de elegir una mascarilla adecuada, es recomendable exponer a diario la piel de la cara al sol, durante 20-30 minutos, evitando, en la medida posible, las horas centrales del día, y utilizar una crema hidratante adecuada para cada tipo de piel. “Con esos 3 consejos se pueden disminuir sensiblemente el número de problemas que produce el inevitable uso de las mascarillas” concluye el dermatólogo.

Sobre Quirónsalud

Quirónsalud es el mayor grupo hospitalario de España y el tercero de Europa. Cuenta con más de 35.000 trabajadores en más de 120 centros sanitarios, entre los que se encuentran 45 hospitales que ofrecen 6.800 camas hospitalarias. Dispone de la tecnología más avanzada y de un gran equipo de profesionales altamente especializados y de prestigio internacional. Entre sus centros, se encuentran el Centro Médico Teknon, Ruber Internacional, Hospital Universitario Quirónsalud Madrid, Fundación Jiménez Díaz, Hospital Quirónsalud Barcelona, Hospital Universitario Dexeus, Policlínica de Gipuzkoa, etc.

El Grupo trabaja en la promoción de la docencia (ocho de sus hospitales son universitarios) y la investigación médico-científica (cuenta con el Instituto de Investigación Sanitaria de la FJD, único centro investigador privado acreditado por la Secretaría de Estado de Investigación, Desarrollo e

Innovación).

Asimismo, su servicio asistencial está organizado en unidades y redes transversales que permiten optimizar la experiencia acumulada en los distintos centros y la traslación clínica de sus investigaciones. Actualmente, Quirónsalud está desarrollando más de 1.600 proyectos de investigación en toda España y muchos de sus centros realizan en este ámbito una labor puntera, siendo pioneros en diferentes especialidades como oncología, cardiología, endocrinología, ginecología y neurología, entre otras.

Datos de contacto:

Policlínica Gipuzkoa
638814284

Nota de prensa publicada en: [Donostia - San Sebastián](#)

Categorías: [Medicina Sociedad País Vasco](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>