

Prevención y cuidado de la piel

El uso de mascarillas puede provocar alteraciones cutáneas debidas a la humedad, la fricción y la presión sobre determinados puntos de la cara como nariz, mejillas y parte posterior de las orejas.

¿Cómo prevenir los problemas dermatológicos de la piel derivados de la mascarilla?



1

CORRECTA HIGIENE FACIAL.

Lavarse la cara con agua y jabón periódicamente durante el día.



2

HIDRATAR LA PIEL, antes y después de usar la mascarilla, con cremas adecuadas al tipo de piel de cada persona.



3

EVITAR EL MAQUILLAJE en la zona de la mascarilla, ya que se obstruyen los poros de la piel.



4

CAMBIAR FRECUENTEMENTE LA MASCARILLA



5

UTILIZAR VASELINA en las zonas de mayor fricción para prevenir o aliviar las lesiones de la piel.



6

Si al retirar la mascarilla aparecen irritación o eczemas, se pueden **EMPLEAR** cremas antiinflamatorias con corticoides, siempre bajo prescripción médica.



7

IR A UN EXPERTO EN DERMATOLOGÍA, si se produce una reacción grave en la piel o se agravan afecciones como el acné o la rosácea.

Fuente de información:

SOCIEDAD ESPAÑOLA DE SALUD Y SEGURIDAD EN EL TRABAJO:

<https://www.sesst.org/mascarillas-como-afectan-a-la-piel-y-a-los-ojos/>