

Irritación y sequedad ocular asociadas al uso de la mascarilla facial

Majid Moshirfar, William B. West Jr, Douglas P. Marx.

Fuente:

Moshirfar M, West WB Jr, Marx DP. Face Mask-Associated Ocular Irritation and Dryness. *Ophthalmol Ther* 9. 397-400 (2020).
<https://doi.org/10.1007/s40123-020-00282-6>

Puntos clave

- El uso generalizado de mascarillas, si bien es esencial para la prevención de la transmisión del nuevo coronavirus, puede causar sequedad e irritación ocular.
- La irritación de la superficie ocular asociada al uso de mascarillas genera preocupaciones por un mayor riesgo de transmisión de enfermedades a través de la vía ocular.
- Los pacientes que usan mascarillas durante períodos prolongados pueden tener más probabilidades de experimentar estos síntomas.
- La protección ocular, el control de la sequedad y la irritación son consideraciones importantes para los usuarios de mascarillas a largo plazo.

A medida que la sociedad se adapta continuamente a las circunstancias, en constante evolución, que rodean la pandemia de la Covid-19, una nueva prenda de vestir se ha convertido en parte de nuestra rutina diaria: la mascarilla. Es lógico potenciar la necesidad del uso de mascarillas para una prevención del contagio de la enfermedad; sin embargo, como ocurre con cualquier intervención, puede haber secuelas con su uso regular en la población general.

Hemos observado un marcado aumento de los síntomas de ojo seco entre los usuarios habituales de mascarillas. Este grupo incluye a personas que nunca antes habían padecido sequedad ocular. Las personas que usan mascarillas con regularidad, o durante un período prolongado, parecen tener más probabilidades de mostrar síntomas. Este grupo incluye a ancianos, inmunodeprimidos y personal sanitario que utiliza mascarillas casi todo el tiempo.

En nuestro consultorio, vimos a numerosas personas que usaban máscaras habitualmente, incluidos pacientes y personal. Estos individuos describieron un empeoramiento subjetivo de los síntomas eva-

luados en el índice de enfermedades de la superficie ocular. La mayoría de las personas describieron que, con la mascarilla, el aire ascendía permanentemente desde la máscara hacia sus ojos. Este aumento del flujo de aire probablemente acelera la evaporación de la película lagrimal que, cuando es continua durante horas o días, puede provocar irritación o inflamación de la superficie ocular. Además de la convección de aire, es probable que también estén en juego otros factores. Los miembros del personal que usaban mascarillas con cinta adhesiva, para evitar la convección de aire hacia los ojos, también se quejaban de irritación corneal. En estos casos, postulamos que la cinta adhesiva adherida a la piel de la mejilla superior puede interferir con la excursión normal del párpado inferior, posiblemente induciendo ectropión mecánico con lagofthalmos secundario.

Algunos estudios también están comenzando a encontrar síntomas de ojo seco en pacientes positivos para Covid-19. Si bien estos artículos sugieren que el ojo seco es una complicación de la enfermedad en sí, proponemos que estos hallazgos pueden estar asociados parcialmente con el uso obligatorio de mascarillas a largo plazo en estos pacientes, en lugar de las secuelas de COVID-19.

Si nuestras observaciones de sequedad e irritación ocular asociadas a la mascarilla resultan consistentes en todos los usuarios, los pacientes y los proveedores deben ser conscientes de estas posibles consecuencias. Se deben usar gotas lubricantes para los ojos y protección ocular, como gafas protectoras, junto con las mascarillas. Las personas que usan mascarillas durante períodos prolongados y los pacientes con antecedentes de enfermedad del ojo seco, cirugía oftálmica reciente u otras enfermedades inflamatorias de la superficie, como el síndrome de Sjogren, deben tener especial cuidado.

Se deben usar máscaras con un alambre nasal flexible, prestando atención a que se adapte a la forma del alambre para evitar que el aire se dirija hacia los ojos. Las máscaras también se pueden pegar en la parte superior para impedir el flujo de aire ascendente, pero se debe tener cuidado para asegurarse de que no se inhiba la excursión del párpado inferior. Los pacientes que experimenten síntomas de ojo seco debido al uso prolongado de la mascarilla deben tomar descansos cada pocas horas para quitarse la mascarilla, permitir que los ojos se recuperen y volver a aplicar gotas lubricantes para los ojos. Los ejercicios de parpadeo también pueden ser beneficiosos. 



El artículo original completo puede leerse en:

https://www.researchgate.net/publication/342966157_Face_Mask-Associated_Ocular_Irritation_and_Dryness

Ojo Seco Asociado a Mascarilla (OSAM)

El uso de la mascarilla es esencial para ayudar a reducir la propagación de la COVID-19, pero puede provocar síntomas de ojo seco. ¿Por qué ocurre esto y qué se puede hacer?



 UNIVERSITY OF WATERLOO
FACULTY OF SCIENCE
School of Optometry & Vision Science



Causa

- 1** El aire de la exhalación se dirige hacia arriba, sale por la parte superior de la mascarilla y pasa sobre la superficie del ojo¹.
- 2** El movimiento del aire sobre el ojo hace que la lágrima se evapore, secando la superficie del ojo.
- 3** Los ojos pueden notarse secos, con sensación de arenilla, irritados, con picor, llorosos y enrojecidos.

Solución

- 1** Asegúrate de que tu mascarilla te queda bien ajustada y considera fijar el borde superior en el caso de un uso prolongado.
- 2** Las lágrimas artificiales pueden ayudar a aliviar la sensación de sequedad en los ojos. Consulte con su óptico-optometrista para obtener una recomendación.
- 3** Limita el tiempo en entornos con aire acondicionado siempre que sea posible y haz descansos regulares del uso de los dispositivos digitales.

¡Recuerda! Evita tocarte la cara y frotarte los ojos con las manos sin lavar.

[COVIDEyeFacts.org](https://www.COVIDEyeFacts.org)

1. Moshirfar M, West W.B & Marx D.P. Face Mask-Associated Ocular Irritation and Dryness, Ophthalmol Ther (2020). <https://doi.org/10.1007/s40123-020-00282-6>.