

Uso de mascarillas, un desafío contra la COVID-19

Wearing masks, a challenge against COVID-19

Grupo de trabajo. Área de Enfermería Respiratoria de la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (SEPAR), España.

Autor para correspondencia: ymartinv@saludcastillayleon.es

Recibido: 22/08/2020

Aceptado: 29/08/2020

Estimado Editor:

La pandemia del nuevo coronavirus causada por infección del virus SARS-CoV-2 ha puesto en una situación de sobrecarga al sistema sanitario español. El día 14 de marzo de 2020 se declaró el estado de alarma en España haciendo un llamamiento al confinamiento domiciliario de la población con el objetivo de frenar la progresión del virus.

La vía de transmisión del virus de la COVID-19 es principalmente a través del contacto entre personas y de gotículas respiratorias que tienen un diámetro entre 5-10 μm y núcleos goticulares con diámetros inferiores a 5 μm .⁽¹⁾ Actualmente se realizan investigaciones para esclarecer el resto de posibles vías de transmisión, como pueden ser la fecal-oral y aérea, aunque esta última podría ser posible en procedimientos invasivos o generadores de aerosoles.

En la actualidad existe controversia respecto a la eficacia de la mascarilla como medida de protección frente a la transmisión durante la pandemia de COVID-19. Por este motivo se elabora esta carta científica con el objetivo de valorar la recomendación del uso público de mascarillas.

Se realizó una revisión de tipo narrativa en mayo 2020. Se consultaron las bases de datos PubMed, SciELO, Cochrane, Preevid, NIPH systematic and living map on COVID-19 evidence y búsqueda de referencias. Se localizaron 22 documentos publicados desde 2015, de los cuales fueron seleccionados finalmente 14 para realizar la síntesis narrativa de los argumentos.

Con las evidencias localizadas se recomienda el uso público de mascarillas (Cuadro 1) en la comunidad ante la pandemia de COVID-19, independientemente de su tipo y siempre que cubran nariz y boca, ya que son protectoras para las personas sanas y para la población con enfermedades crónicas sensibles al virus, donde la transmisión puede ser pre-sintomática.⁽²⁾ Su uso es altamente recomendable cuando no se pueda mantener la distancia interpersonal, especialmente en áreas con una transmisión comunitaria significativa debido a la alta transmisibilidad del

SARS-CoV-2 y la capacidad de las mascarillas para bloquear la emisión de gotas infectadas.⁽³⁾ La evidencia disponible sugiere que la adopción casi universal de máscaras en público, en combinación con medidas complementarias de salud pública podrían reducir con éxito la transmisión en la comunidad.⁽⁴⁾ Como consecuencia, su uso estaría justificado en espacios públicos.

Cuadro 1- Tipos de mascarillas según los grupos de población.

Tipo de mascarillas	Población general	Personal sanitario y otras profesiones de riesgo
Mascarilla higiénica y quirúrgicas	Uso de mascarilla “social” en entornos públicos	Entornos de bajo riesgo y espacios comunes de trabajo, sin asistencia directa a pacientes con diagnóstico o sospecha de COVID-19
Mascarilla autofiltrante	Uso de mascarillas autofiltrantes (FFP2, FFP3, KN95, N95) en personas con patologías crónicas que las conviertan en población susceptible de desarrollar cuadros graves de la enfermedad cuando estén en entornos de riesgo. Se recomienda uso bajo indicación de personal sanitario	Priorizar las mascarillas autofiltrantes de alta filtración (FFP2, FFP3, N99, KN99, N95, KN95) para la asistencia a pacientes en entornos asistenciales de riesgo.

Esta recomendación puede llevar a producir un efecto de falsa seguridad en los ciudadanos, lo que daría lugar a una relajación del resto de medidas preventivas como la higiene de manos o la distancia mínima de seguridad. Para alcanzar el objetivo deseado, se ha de hacer hincapié en realizar un adecuado uso de las mismas, siendo necesario crear estrategias de comunicación que garanticen la correcta captación del mensaje por parte de la población.⁽⁵⁾ Como complemento al uso generalizado de mascarillas, en las áreas donde la circulación de personas se masifique, será necesario realizar trabajos de limpieza y desinfección comunitaria, de tal manera que se reduzca la carga patógena siendo un elemento eficaz en el control de la transmisión.

No se puede olvidar que incluso para el profesional sanitario entrenado a tal fin, la adhesión al correcto uso de la mascarilla es baja, aumentando el riesgo de contagio por COVID-19. Hay que prestar especial atención en prevenir la autocontaminación (manipulación continua), no sobrepasar la duración de uso (4-8 horas) y tratar eventos adversos como molestias y problemas respiratorios.

Para garantizar su correcto uso y funcionalidad, hay que contar con un stock suficiente, debidamente homologado y con un plan de distribución que no niegue el acceso a ningún sector de la población.

El incumplimiento de las indicaciones propuestas en la desescalada y el empleo inadecuado de otras medidas de protección, confirma la necesidad del uso generalizado de mascarillas, las cuales son simples, económicas y potencialmente efectivas. Su correcta utilización puede tener un impacto sustancial en la no transmisión de la COVID-19 y, por ende, tener una repercusión en la vida social y económica de la población.

En conclusión, el uso de mascarillas por la población en general unido al resto de medidas de protección individual en entornos comunitarios (higiene de manos, limpieza y desinfección de entornos, distanciamiento, etc.) disminuye de manera exponencial el riesgo de contagio.

Referencias bibliográficas

1. Organización Mundial de la Salud. Vías de transmisión del virus de la COVID-19: repercusiones para las recomendaciones relativas a las precauciones en materia de prevención y control de las infecciones. [Internet]. 2020. [acceso: 28/05/2020]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/commentaries/detail/modes-of-transmission-of-virus-causing-covid-19-implications-for-ipc-precaution-recommendations>
2. MacIntyre CR, Chughtai AA. A rapid systematic review of the efficacy of face masks and respirators against coronaviruses and other respiratory transmissible viruses for the community, healthcare workers and sick patients. International Journal of Nursing Studies. [Internet]. 2020 [acceso: 28/05/2020]; 108: 1-6. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2020.103629>
3. Cochrane Iberoamérica. ¿Está justificado el uso generalizado de mascarillas para evitar la transmisión comunitaria del nuevo coronavirus? [Internet]. 2020 [acceso: 16/05/2020]. Disponible en: <https://es.cochrane.org/es/%C2%BFest%C3%A1-justificado-el-uso-generalizado-de-mascarillas-para-evitar-la-transmisi%C3%B3n-comunitaria-del>
4. Howard J., Huang A., Li Z., Tufekci Z., Zdimal V., van der Westhuizen H., et al. Face Masks Against COVID-19: An Evidence Review. Preprints [Internet]. 2020 [acceso: 28/05/2020]; 2020040203 Disponible en: <https://doi.org/10.20944/preprints202004.0203.v1>
5. Interim Infection Prevention and Control Recommendations for Patients with Confirmed 2019 Novel Coronavirus (2019-nCoV) or Persons Under Investigation for 2019-nCoV in Healthcare Settings [Internet]; 2020 [acceso: 28/05/2020]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/hcp/infection-control.html>.

Conflicto de intereses

Todos los autores declaran no tener ningún conflicto de interés en relación al contenido de este manuscrito.