

¿Mascarillas en población general sana, sí o no?

AMaSaP, 20 de mayo de 2020

El uso de las mascarillas en espacios públicos se está convirtiendo en una cuestión polémica en España. La semana pasada, la Comunidad de Madrid empezó a repartir entre la población general mascarillas autofiltrantes del tipo FFP2, indicadas para situaciones en las que se realizan maniobras generadoras de aerosoles. Desde la Asociación Madrileña de Salud Pública emitimos un comunicado solicitando que las citadas mascarillas se reservasen para hospitales, centros de salud o centros sociosanitarios, y para pacientes inmunodeprimidos cuando las precisen, siguiendo las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud y el Centro Europeo para la Prevención y el Control de Enfermedades.

En los últimos días, se ha hecho insistente la propuesta del uso obligatorio de mascarillas al salir a la calle como una medida indispensable para superar la pandemia. En Madrid, basta con darse un paseo para comprobar que cada día que pasa es mayor el número de personas que llevan mascarilla por la calle, incluidas las autofiltrantes, algunas con válvula de exhalación, que permite la expulsión de gotículas al exterior. En España, hasta ayer, el uso de mascarillas higiénicas en la población general sana era obligatorio en los transportes públicos y recomendado cuando no fuera posible mantener la distancia de seguridad en situaciones como el desplazamiento al trabajo o a la compra o en espacios cerrados. Desde el día 20 de mayo el uso de mascarillas es obligatorio *en personas de seis años en adelante en la vía pública, en espacios al aire libre y en cualquier espacio cerrado de uso público o que se encuentre abierto al público, siempre que no sea posible mantener una distancia de seguridad interpersonal de al menos dos metros, siendo recomendable su uso para la población infantil de entre tres y cinco años*. El uso generalizado de mascarillas por parte de la población general para reducir la transmisión comunitaria del SARS-CoV2 se justifica, apelando al principio de precaución, *no solo por su alta transmisibilidad, sino también por la capacidad que han demostrado las mascarillas para bloquear la emisión de gotas infectadas, muy importante cuando no es posible mantener la distancia de seguridad*. El argumento de los que primero y con más ahínco han defendido esta medida es muy atractivo y tentador: las mascarillas obligatorias evitarían futuros confinamientos.

Si fuese cierto que el uso de mascarillas en la población general sana puede evitar futuros confinamientos, AMaSaP respaldaría la propuesta, pero tenemos más dudas que certezas al respecto. ¿Qué dice la ciencia sobre esta cuestión? La Organización Mundial de la Salud nos recuerda que «no hay pruebas que fundamenten la utilización generalizada de mascarillas por las personas sanas y, además, este uso puede generar dudas y riesgos importantes». Los riesgos potenciales del uso de mascarillas en la población general sana son: *la autoinfección por tocar o reutilizar una mascarilla contaminada; las dificultades para respirar, en el caso de determinadas mascarillas; la falsa sensación de seguridad que pueden conferir, que podría llevar al incumplimiento de otras medidas profilácticas, como el distanciamiento físico y la higiene de las manos; el desvío de suministros de mascarillas y, como consecuencia de ello, su menor disponibilidad para los trabajadores de la salud, y el desvío de recursos que se podrían dedicar a otras medidas eficaces de salud pública, como la higiene de las manos.* La Organización Mundial de la Salud recomienda el uso de mascarillas a personas sanas cuando están cuidando de una persona con la COVID-19. Con este grado de incertidumbre científica sobre el balance entre los potenciales beneficios y riesgos del uso de mascarillas en la población general sana, parece más sensato establecer recomendaciones suaves que medidas obligatorias, restrictivas de las libertades individuales. La posición al respecto del Centro Europeo para la Prevención y el Control de Enfermedades es un buen ejemplo de la prudencia que conviene en estos casos: «El uso de mascarillas en la comunidad podría considerarse (solo como una medida complementaria), especialmente cuando se visitan espacios cerrados concurridos, como supermercados, centros comerciales, o cuando se utiliza el transporte público, etc.». En España, la obligatoriedad del uso de mascarilla se ha fundamentado en el principio de la Organización Mundial de la Salud relativo a la necesidad de minimizar los riesgos en lugares con alto potencial de contagio. La obligatoriedad de su uso en transportes públicos nos pareció razonablemente justificada, ya que se trata de lugares cerrados, con aglomeración frecuente de personas, donde no es posible mantener la distancia de seguridad de forma continuada y donde tampoco pasamos mucho tiempo seguido, con lo que se reduce el riesgo de autoinfección por un uso inadecuado de la mascarilla. Ampliar la obligatoriedad a espacios públicos abiertos y cerrados en los que pasamos mucho tiempo, donde puede mantenerse la distancia de seguridad de forma continuada con excepciones puntuales, como cuando nos cruzamos con alguien en una calle concurrida, nos parece una medida más difícil de justificar y tal vez contraproducente. El uso de la mascarilla durante mucho tiempo seguido podría, por un lado, aumentar el riesgo de autoinfección por la relajación de la higiene de manos y la mayor tendencia a tocar o reutilizar una mascarilla contaminada, y, por otro lado, fomentar la tendencia natural a acercarnos

cuando nos cruzamos con personas conocidas en los centros de trabajo o en la calle, rompiendo la distancia física mínima requerida, por una falsa sensación de seguridad.

Desde la Asociación Madrileña de Salud Pública llamamos a insistir a la población general sobre las medidas básicas para prevenir el contagio: quedarse en casa y usar mascarilla quirúrgica en todo momento si se tienen síntomas; mantener la distancia física (entre 1,5 y 2 metros como mínimo); el lavado frecuente de manos con agua y jabón o con soluciones alcohólicas; la etiqueta respiratoria (toser y estornudar en el codo, usar pañuelos de papel desechables); evitar en todo momento tocarse la boca, la nariz y los ojos con las manos; la limpieza de superficies y el teletrabajo siempre que sea posible. Más allá del transporte público y otros espacios cerrados muy concurridos, en los que resulte difícil mantener la distancia de seguridad de forma más o menos continuada, pensamos que lo más prudente sería establecer recomendaciones de carácter voluntario. El uso de mascarillas a escala poblacional requiere, como con el resto de medidas de prevención, de campañas de comunicación de masas donde se explique quién, dónde, cómo y cuándo usar las mascarillas, qué tipo es adecuado en cada caso y los potenciales beneficios y riesgos de su uso en población general sana.