Published on *Ciencia Puerto Rico* (https://www.cienciapr.org)

El uso de mascarillas no provoca déficit de oxígeno o intoxicación por CO2 [1]

Enviado el 1 junio 2020 - 8:58pm

Este artículo es reproducido por CienciaPR con permiso de la fuente original.

Calificación:

Contribución de CienciaPR:

No

Fuente Original:

El Nuevo Día [2]

Por:

Agencia EFE

Las mascarillas “no están cerradas al paso de aire”, ya que el material de la que están hechas permite que “entre el oxígeno y se elimine el dióxido de carbono”, precisa el doctor Jaime Barrio. (AP)

El uso de mascarillas no produce hipoxia o déficit de oxígeno en el organismo humano, como aseguran mensajes difundidos por WhatsApp y redes sociales en los que se afirma incluso que su utilización provoca **“intoxicación por inhalación del propio CO2 (dióxido de carbono)”**.

“Yo no uso bozal” es el llamativo título de uno de estos mensajes, basado en una creencia que se difundió en varios países de habla hispana a partir de la última semana de abril y que circula durante los últimos días compartida en perfiles de Twitter y Facebook, así como en conversaciones de WhatsApp.

“El uso prolongado de la mascarilla produce hipoxia”, porque obliga a inhalar el dióxido de carbono (CO2) previamente exhalado y ello provoca “falta de oxígeno en sangre, mareos, malestar y mucho cansancio”. Esa es la tesis de alguno de los mensajes, que a veces suman a esos síntomas también la “pérdida de reflejos y del pensamiento consciente”, así como “descomposición de la glucosa”.

Sensación de ahogo no es lo mismo que hipoxia

Las mascarillas **pueden generar sensación de ahogo, pero no hay evidencia alguna de que su uso produzca "hipoxia, acidificación del organismo o intoxicación por inhalación del propio CO2"**. Así lo confirma, en declaraciones a EFE, el doctor Jaime Barrio, del Consejo Científico del Colegio Oficial de Médicos de Madrid (Icomem).

Las mascarillas "no están cerradas al paso de aire", ya que el material de la que están hechas permite que "entre el oxígeno y se elimine el dióxido de carbono", precisa este experto.

Respecto a la afirmación de que "practicar cualquier actividad física con mascarilla potencia gravemente sus efectos nocivos", como asegura una de las advertencias difundidas en estos mensajes, el doctor Barrio subraya que su uso para hacer deporte "no es obligatorio, pero pueden utilizarse".

Puntualiza, de todos modos, que, al estar toda la boca y nariz cubiertas, sí existe "una limitación de la entrada habitual de aire, por lo que en el momento de realizar deporte puede llegar a ser incómodo y reducir el rendimiento durante el ejercicio físico".

En el mismo sentido, la doctora Raquel Blasco, especialista en Medicina Interna y vicepresidenta segunda del Colegio de Médicos de Valladolid, explica en su cuenta de Twitter que al practicar deporte es normal **"tener una mayor frecuencia cardíaca"** y, por ello, **recomienda "no ser excesivamente exigente en la fase de adecuación"**.

Blasco deja clara la importancia de estar convenientemente adaptado al esfuerzo y a la mascarilla, ya que, en ese caso, **"la mascarilla no ha demostrado disminuir la frecuencia ventilatoria durante la realización de esfuerzo"**.

En cualquier caso, insiste en quesu utilización **"aumenta la sensación de ahogo, pero no provoca hipoxia"**. Y, en respaldo de esta afirmación, cita las conclusiones de un estudio realizado en 2017 por expertos franceses y belgas **sobre los efectos del uso de mascarilla en una caminata de seis minutos en la que encontraron que se respira con más dificultad, pero no disminuye la distancia recorrida**.

Por su parte, Antonio Blanes, director de Servicios Técnicos del Consejo General de Colegios Farmacéuticos, subraya que esta institución no tiene conocimiento de que la Organización Mundial de la Salud (OMS), los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) o las autoridades sanitarias españolas "hayan advertido de este posible efecto adverso en el uso de mascarillas".

"El aire puede circular a través del material de la mascarilla; lo que se filtra son determinadas partículas según el tamaño de los poros", recalca Blanes en declaraciones a EFE.

Este experto farmacéutico argumenta que la sensación de dificultad respiratoria "puede deberse a la falta de costumbre, al uso durante muchas horas seguidas, a la reutilización de las mascarillas sin tener en cuenta las indicaciones del fabricante o a la utilización de filtros o mascarillas que no cumplen las especificaciones técnicas y/o legales".

También puede influir "la temperatura ambiente y la sensación subjetiva de calor del usuario de la mascarilla".

Blanes menciona un estudio del Instituto Nacional para la Salud y Seguridad Ocupacional (NIOSH), de Estados Unidos, en el que se concluye que dos horas de uso continuo de una mascarilla autofiltrante con un ritmo de trabajo bajo o moderado **"no parece causar un cambio en la temperatura corporal central ni un aumento significativo en el calor o la humedad del espacio muerto de la mascarilla después de la primera hora"**.

No desaconsejan su uso

Algunos de los mensajes contrarios al uso de mascarillas que circulan por WhatsApp y redes añaden afirmaciones como **"las autoridades sanitarias y la OMS desaconsejan su uso común"** o **"las mascarillas no son útiles para evitar el contagio" porque el virus "no se transmite por el aire".**

Tampoco es cierto este extremo. Como ya ha explicado EFE Verifica en una reciente información, la OMS no descarta el uso de mascarillas por personas sanas en espacios públicos y remite a los que aconsejen las autoridades sanitarias de cada país en función de cómo evolucione la pandemia.

El doctor Jaime Barrio recuerda en todo caso que "las mascarillas son solo un medio complementario más de protección" y recomienda seguir cumpliendo el resto de las medidas preventivas aconsejadas por los ministerios de Salud de cada país.

Destaca -por tanto- la necesidad de complementar el uso de mascarillas con medidas como el aislamiento domiciliario si se tiene síntomas de coronavirus [3], un correcto lavado de manos, mantener la distancia de dos metros (seis pies) entre personas, evitar tocarse ojos, nariz y boca, cubrirse boca y nariz con el codo flexionado al toser o estornudar y usar pañuelos desechables".

Tags:

- mascarillas [4]
- covid19 [5]
- covid-19PR [6]
- coronavirus [7]

Categorías de Contenido:

- Ciencias biológicas y de la salud [8]

Categorias (Recursos Educativos):

- Texto Alternativo [9]
- Noticias CienciaPR [10]
- Biología [11]
- Salud [12]
- Biología (superior) [13]
- Ciencias Biológicas (intermedia) [14]
- Salud (Intermedia) [15]
- Salud (Superior) [16]
- Text/HTML [17]
- Externo [18]
- MS. Growth, Development, Reproduction of Organisms [19]
- 6to-8vo- Taller 2/3 Montessori [20]
- 9no-12mo- Taller 3/4 Montessori [21]
- Noticia [22]
- Educación formal [23]
- Educación no formal [24]

Source URL:https://www.cienciapr.org/es/external-news/el-uso-de-mascarillas-no-provoca-deficit-de-oxigeno-o-intoxicacion-por-co2?language=es&page=8

Links
[1] https://www.cienciapr.org/es/external-news/el-uso-de-mascarillas-no-provoca-deficit-de-oxigeno-o-intoxicacion-por-co2?language=es [2] https://www.elnuevodia.com/estilosdevida/saludyejercicios/nota/elusodemascarillasnoprovocadeficitdeoxigenoointoxicac 2571607/ [3] https://www.elnuevodia.com/noticias/coronavirus/ [4] https://www.cienciapr.org/es/tags/mascarillas?language=es [5] https://www.cienciapr.org/es/tags/covid19?language=es [6] https://www.cienciapr.org/es/tags/covid-19pr?language=es [7] https://www.cienciapr.org/es/tags/coronavirus?language=es [8] https://www.cienciapr.org/es/categorias-de-contenido/biological-and-health-sciences-0?language=es [9] https://www.cienciapr.org/es/categories-educational-resources/texto-alternativo?language=es [10]

https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/noticias-cienciapr?language=es [11]
https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/biologia?language=es [12]
https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/salud?language=es [13]
https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/biologia-superior?language=es [14]
https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/ciencias-biologicas-intermedia?language=es [15]
https://www.cienciapr.org/es/categories-educational-resources/salud-intermedia?language=es [16]
https://www.cienciapr.org/es/categories-educational-resources/salud-superior?language=es [17]
https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/texthtml?language=es [18]
https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/externo?language=es [19]
https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/ms-growth-development-reproduction-organisms?language=es [20] https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/6to-8vo-taller-23-montessori?language=es [21] https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/9no-12mo-taller-34-montessori?language=es [22] https://www.cienciapr.org/es/categories-educational-resources/noticia?language=es [23] https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/educacion-formal?language=es [24] https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/educacion-no-formal?language=es