

Recomendaciones realizadas por los miembros del GEIDAC para los pacientes alérgicos a:

MEZCLA DE FRAGANCIAS II

1.- ¿Qué es ese alérgeno?

La *Mezcla de Fragancias II* está compuesta por 6 componentes: liral, citral, citronelol, farnesol, cumarina y aldehído hexilcinámico.

Estas sustancias son ingredientes comunes en colonias y productos perfumados.

2.- ¿Qué productos lo contienen?

Estas sustancias se encuentran habitualmente en **cosméticos** (colonias, jabones, geles, desodorantes, cremas, lociones, leches hidratantes, productos de afeitado, filtros solares, maquillajes, toallitas, pañuelos perfumados, dentífricos...) y productos domésticos (preparados para la limpieza del hogar, lavavajillas, ambientadores, detergentes y suavizantes para ropa, lejías perfumadas...).

3.- ¿Cómo puedo saber si un objeto contiene esa sustancia?

Lea la lista de componentes que se encuentra en el envase de cada producto. Compruebe la composición cada vez que compre un producto aunque lo haya usado anteriormente, ya que a veces los fabricantes incluyen nuevos ingredientes en sus productos.

Estas sustancias son consideradas de “declaración obligatoria” por lo que deben estar incluidas en el etiquetado de los productos cosméticos. Pueden ser declaradas de forma individual (por ejemplo: CITRAL, COUMARIN) o genérica **PARFUM**, o **FRAGRANCE**. Su dermatólogo le dará indicaciones concretas sobre cómo debe buscarlas.

4.- ¿Qué puedo hacer para evitar la exposición?

Lea la composición de los productos. NO utilice productos sin etiqueta o con etiquetado incompleto donde no se explique su contenido.

Si conoce cuál es el alérgeno al que es alérgico, y su dermatólogo así lo indica, puede evitar exclusivamente los productos que contengan dicha sustancia, pudiendo utilizar el resto de fragancias a las que no es alérgico.

Use guantes al usar productos domésticos.

Si la alergia es severa, se podría considerar una dieta sin especias (canela, calvo, vainilla, cítricos); siga las recomendaciones de su dermatólogo.

Si su alergia es de origen profesional solicite información a los responsables de su empresa sobre los productos y materiales que pueden contener fragancias en su composición y como protegerse de forma adecuada.

5.- ¿Qué productos lo pueden substituir?

Para evitar el uso de cosméticos perfumados, elija solo aquellos que indiquen en la etiqueta estar libres de perfumes (“sin perfumes” o “Fragrance free”). Aunque algunas veces se anuncian como “libres de perfumes” productos que sí los contienen por lo que lo mejor es que lea cuidadosamente los ingredientes

Test de uso. Si desea utilizar un producto perfumado, pruebe a aplicar una pequeña cantidad del mismo en la cara anterior del codo dos veces al día durante siete días. Si no aparece enrojecimiento ni picor en ese tiempo, el producto se podría utilizar sin riesgos.

Recuerde que, aunque usted sea alérgico a esta sustancia, la dermatitis que usted presenta no necesariamente es producida por esta alergia.

Esto es simplemente un texto informativo que no debería prevalecer sobre las indicaciones que le dé su dermatólogo.