

Hoja Informativa: Alérgenos de Fragancia en Cosméticos o Productos de Cuidado Personal

Publicada en octubre de 2024

¿Qué son los alérgenos de fragancia?

Los alérgenos de fragancia son ingredientes de fragancia peligrosos para las personas alérgicas a ellos. Las reacciones alérgicas a los ingredientes de fragancia suelen afectar a la piel o al sistema respiratorio. Las alergias cutáneas suelen aparecer en forma de erupciones rojas con picor, también llamadas dermatitis de contacto.¹ La alergia cutánea a los ingredientes de fragancia puede aparecer aproximadamente un día después de que la piel haya estado expuesta y suele afectar a las manos, la cara o el área de las axilas.² Algunos alérgenos de fragancia también pueden ser asmogénicos, lo que significa que pueden provocar asma en personas que nunca han tenido asma. También pueden desencadenar asma en personas que ya tienen asma.³ Los síntomas del asma (sibilancia, opresión en el pecho, tos, falta de aliento o dificultad para respirar) pueden empezar inmediatamente después de la exposición u horas después de la exposición. A veces, una persona puede desarrollar asma repentinamente a causa de sustancias a las que ha estado expuesta durante años. Para las personas alérgicas, la exposición a los alérgenos de fragancia también puede provocar dolores de cabeza, irritación ocular, secreción nasal y flema⁴. Algunos de los alérgenos de fragancia más comunes en cosméticos o productos de cuidado personal son el linalool, el limoneno, el citronelol, el geraniol y el citral.⁵

¿Cuán frecuentes son las alergias a las fragancias?

Alrededor de un tercio de las personas informan efectos negativos para la salud por utilizar o estar cerca de productos con fragancias.⁶ Aunque no todos esos efectos son causados por alergias, se estima que por lo menos el 20 por ciento de la población general tiene alergias de contacto, siendo las fragancias el segundo alérgeno ambiental más común.⁷ Las personas de cualquier edad pueden desarrollar alergias.

¿Cómo se desarrollan las alergias a las fragancias?

Estas alergias se desarrollan después de que una persona susceptible haya estado expuesta al alérgeno, por ejemplo, con el uso regular de un producto o varios productos que contienen el alérgeno. Una vez que se ha desarrollado la alergia, es una afección para toda la vida: el sistema

¹ <https://www.fda.gov/cosmetics/cosmetic-ingredients/allergens-cosmetics>

² https://ec.europa.eu/health/scientific_committees/opinions_layman/perfume-allergies/en/index.htm#:~:text=Skin%20allergy%20to%20fragrance%20ingredients,of%20a%20fragranced%20cosmetic%20product.

³ <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CCDPHP/DEODC/OHB/WRAPP/Pages/Fragrances.aspx>

⁴ <https://www.fda.gov/cosmetics/cosmetic-ingredients/allergens-cosmetics>

⁵ <https://cscpsearch.cdph.ca.gov/search/ReportedIngredients>

⁶ Steinemann, A. International prevalence of fragrance sensitivity. *Air Qual Atmos Health* 12, 891–897 (2019).

⁷ Alinaghi F, Bennike NH, Egeberg A, et. al. Prevalence of contact allergy in the general population: A systematic review and meta-analysis. *Contact Dermatitis*. 2019 Feb;80(2):77-85.

inmunológico siempre reaccionará a ese alérgeno. Los alérgenos de fragancia suelen afectar a la piel. Si los alérgenos se aplican repetidamente sobre la piel de alguien que ha desarrollado una alergia, la afección puede volverse crónica, y puede haber descamación y agrietamiento doloroso de la piel.⁸

[¿Por qué centrarse en los ingredientes de fragancia de los cosméticos o productos de cuidado personal?](#)

La gran mayoría de los cosméticos o productos de cuidado personal contienen ingredientes de fragancia.⁹ Una persona promedio utiliza entre 6 y 12 productos de cuidado personal a diario.¹⁰ Incluso una pequeña cantidad de un alérgeno de fragancia en uno de estos productos puede afectar a la salud de las personas alérgicas, y estas alergias son comunes. Aunque esta hoja informativa se centra en los alérgenos de fragancia, los ingredientes de fragancia también pueden estar asociados a otros problemas de salud graves, como el cáncer, las alteraciones hormonales y los daños reproductivos.¹¹

[Mayor impacto en la fuerza de trabajo y la economía](#)

Los alérgenos de fragancia también tienen consecuencias para la fuerza de trabajo y la economía. Una encuesta realizada en varios países a más de 4,000 personas reveló que el 9 por ciento de la población ha perdido días de trabajo o un empleo en el último año debido a enfermedades derivadas de la exposición a productos de fragancia en el lugar de trabajo. Se estima que el costo anual para los trabajadores asciende a miles de millones de dólares.¹² Las personas que trabajan con cosméticos durante muchas horas al día (masajistas, cosmetólogas, peluqueras, manicuristas y otras profesiones ocupadas comúnmente por mujeres) son las más expuestas a los alérgenos de fragancia y otros químicos peligrosos en los cosméticos^{13,14}. Se debe prestar especial atención a garantizar que estos trabajadores utilicen menos productos tóxicos, dispongan de controles en el lugar de trabajo, como buena ventilación, y cuenten con equipos de protección personal adecuados, como guantes y mangas largas. Se puede encontrar más información para los trabajadores aquí:

<https://www.osha.gov/sites/default/files/publications/3542nail-salon-workers-guide.pdf>.

[¿Cómo puedo protegerme y proteger a los demás de los alérgenos de fragancia?](#)

Puede ser difícil saber si hay alérgenos de fragancia en los cosméticos mirando la etiqueta porque los ingredientes pueden tener muchos nombres diferentes, y porque no es obligatorio

⁸ https://ec.europa.eu/health/scientific_committees/opinions_layman/perfume-allergies/en/I-2/2-skin-problems.htm#0

⁹ <https://www.nature.com/articles/s41370-022-00485-y>

¹⁰ <https://www.fda.gov/cosmetics/cosmetics-laws-regulations/modernization-cosmetics-regulation-act-2022-mocra#:~:text=On%20average%20people%20use%206,moisturizers%2C%20and%20other%20skincare%20products>

¹¹ <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CCDPHP/DEODC/OHB/CSCP/CDPH%20Document%20Library/DataReport2023.pdf>

¹² Steinemann, A. International prevalence of fragrance sensitivity. *Air Qual Atmos Health* 12, 891–897 (2019).

¹³ [Uter W, Schnuch A, Geier J, et al](https://doi.org/10.1093/occmed/kqz051)*Association between occupation and contact allergy to the fragrance mix: a multifactorial analysis of national surveillance data. Occupational and Environmental Medicine* 2001;58:392-398.

¹⁴ [Iorizzo M, Parente G, Vincenzi C, Pazzaglia M, Tosti A. Allergic contact dermatitis in hairdressers: frequency and source of sensitisation. *Eur J Dermatol.* 2002 Mar-Apr;12\(2\):179-82. PMID: 11872418.](https://doi.org/10.1111/j.1365-2760.2002.01298.x)

que los ingredientes de fragancia figuren en las etiquetas de los productos cosméticos en EE.UU. Sin embargo, con la Ley de Derecho a Saber sobre Ingredientes de Fragancia y Saborizados en Cosméticos de California, ahora es posible buscar si los productos contienen alérgenos de fragancia u otros ingredientes peligrosos en la [Base de Datos de Productos Cosméticos Seguros de California](#). De los más de 100,000 productos informados con ingredientes peligrosos, aproximadamente el 90 por ciento contienen alérgenos de fragancia.¹⁵ También puede buscar productos anunciados como "sin fragancia" para reducir la exposición.

¹⁵ <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CCDPHP/DEODC/OHB/CSCP/CDPH%20Document%20Library/DataReport2023.pdf>