

Información de interés sobre el coronavirus COVID-19 para pacientes con EPID/FPI

Autores: Gil B., Naval N.

Sección Patología Difusa y/o Intersticial

El 11 de marzo de 2020 la OMS declaró Pandemia a la infección por coronavirus COVID-19 que había comenzado a fines de diciembre del año pasado. Numerosos informes de los diferentes países reportan distintos grados de infección por este virus: desde casos leves hasta neumonías graves. Entre los factores de riesgo para el desarrollo de los fenotipos de gravedad se encuentran los pacientes con enfermedades respiratorias crónicas.

Los pacientes con EPID/FPI estarían dentro de este gran grupo, sumado que muchos pacientes presentan enfermedad fibrosante asociada a enfermedades autoinmunes y están con medicación inmunosupresora, por lo que deben tomar precauciones especiales para prevenir cualquier tipo de infecciones respiratorias.

¿Qué es el coronavirus?

Los coronavirus son una familia de virus que se descubrieron en la década del 60 y al día de hoy, su origen aún es desconocido. Se trata de un tipo de virus presente tanto en humanos como en animales. Sus diferentes tipos provocan distintas enfermedades, desde un resfriado hasta un síndrome respiratorio grave, como puede ser una neumonía. En los últimos años se han descrito tres brotes epidémicos importantes causados por coronavirus. Uno de ellos es el COVID-19 (SARS-Cov-2)

¿Qué es el COVID-19?

1. En diciembre del 2019, se identificaron los primeros casos en la ciudad de Wuhan (China). Desde entonces el número de nuevos infectados y su transmisión de persona a persona ha aumentado.
2. La OMS declaró Pandemia por COVID-19 el día 11 de marzo del corriente año, con el fin de que los gobiernos y sus sistemas de salud, adopten todas las medidas de contención necesarias.
3. Actualmente hay un creciente número de infectados en nuestro país, por ello se tomaron todas estas medidas preventivas desde el Poder Ejecutivo (Decreto 297/2020)

¿Cómo se transmite?

Se transmite a través de las gotas respiratorias de portadores al toser o estornudar. La transmisión por aire a más de 2 metros de distancia es improbable. Además puede propagarse cuando una persona toca una superficie u objeto que tiene el virus y luego se lleva la mano a ojos, nariz o boca. Presenta un período de incubación de entre 2 a 14 días (período entre el contacto con la persona infectada y los primeros síntomas)

¿Cuáles son los síntomas más comunes?

Son parecidos a los de una gripe y el 80% de los casos SON LEVES

- Fiebre
- Tos
- Dificultad respiratoria
- Malestar general
- Algunas personas pueden experimentar dolores, congestión nasal, dolor de garganta, pérdida del olfato (anosmia) e incluso diarrea.

Si presenta estos síntomas leves y no ha viajado a los países donde existe el problema o no ha tenido ningún contacto con una persona infectada, quédese en casa, realice un lavado de manos frecuente y haga tratamiento sintomático, como una gripe. Contacte a su especialista y revise toda la medicación.

Si los presenta y tuvo contacto con personas de riesgo, consulte por teléfono en el Centro de referencia de emergencias de su zona. Intente no ir al consultorio privado, o consultorio de hospital. Póngase en contacto con su especialista.

¿Qué medidas debo tomar para protegerme?

1. Mantener el aislamiento social preventivo y obligatorio como lo indican las medidas gubernamentales. Quédese en casa (Decreto 297/2020)
2. Aumentar la frecuencia del lavado de manos: con agua y jabón, muy especialmente después del contacto directo con personas enfermas o su entorno.
3. Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca antes de lavarse las manos.
4. Realizar la limpieza habitual de las superficies de la casa/oficina regularmente.
5. Utilizar pañuelos desechables y no la palma de la mano para estornudar o toser, o utilice el pliegue del codo. Después tire el pañuelo a la basura y lávese las manos.
6. Evitar el contacto y mantener distancia de 2 metros con personas que presenten síntomas respiratorios, como tos o estornudos y/o infección respiratoria.
7. Realizar una correcta alimentación, esto le ayudará a mantener su organismo y sistema inmunológico fortalecido.
8. No compartir comida y utensilios (cubiertos, vasos, servilletas, pañuelos, mate, etc.) sin limpiarlos debidamente.
9. No compartir utensilios de comida.

¿Debo continuar con las citas programadas con mi especialista?

En principio debe evitar ir a centros médicos u hospitales.

Si tiene citas programadas póngase en contacto con su médico y acuerde con él si es necesario concurrir. Probablemente, y si es posible, usted tendrá las consultas telefónicamente con su especialista.

Solo asista a las consultas si es absolutamente necesario.

¿Cuándo usar el barbijo?

- Si por alguna urgencia o situación imprescindible debe salir de su casa, sobre todo a lugares de mayor concurrencia de personas.
- Si presenta síntomas respiratorios (tos o estornudos)
- Si sospecha que tiene infección por el virus con síntomas leves
- Si está cuidando o conviviendo con alguien con sospecha de infección
- Los barbijos solo son eficaces si se combinan con el distanciamiento obligatorio y con el lavado frecuente de manos con una solución hidroalcohólica o con agua y jabón.
Si necesita llevar un barbijo, aprenda a usarlo y eliminarlo correctamente.

¿Cómo usar el barbijo?

- Antes de ponerse un barbijo, lávese las manos
- Cúbrase la boca y la nariz con el barbijo
- Evite tocarlo mientras lo usa
- Cámbiese de barbijo tan pronto como esté húmedo y no los reutilice (a los barbijos de un solo uso)
- Para quitárselo desprendá primero la cinta de arriba, no toque la superficie del barbijo, quíteselo hacia atrás y arrójelo en un cesto de basura.

¿Puedo estar infectado?

Hágase las siguientes preguntas:

- ¿He viajado a una zona de riesgo en las últimas semanas?
- ¿He tenido contacto con una persona que tiene síntomas respiratorios?
- ¿Tengo síntomas? (fiebre y/o tos; y/o dificultad respiratoria o falta de aire)

Si la respuesta “SI”, llame a los teléfonos provistos por su sistema de salud.

¿Cómo debo proceder con las vacunas?

- Aplicar la vacuna antigripal 2020 según las recomendaciones de cada ciudad, para hacerlo ordenadamente y sin riesgos.
- Si ya tiene el esquema de vacuna antineumocócica, no requiere actualizar nada. Ante la duda consulte con su especialista,
- No hay vacunas contra el COVID-19 y las mencionadas no lo protegen contra este virus.

La medida más importante para cumplir es el aislamiento y en caso de salir por un motivo impostergradable, el distanciamiento (1,5 a 2,0 metros entre una persona y otra)

NO HAGA CASO DE FALSAS NOTICIAS

- El nuevo coronavirus NO PUEDE transmitirse a través de picaduras de mosquitos
- El frío NO mata el nuevo coronavirus.
- El riesgo de infectarse por el contacto con objetos, como monedas, billetes o tarjetas de crédito, es muy bajo
- Los coronavirus NO se propagan a grandes distancias a través del aire

- Las vacunas contra la neumonía, no protegen contra el nuevo coronavirus, si bien es importante que consulte con el especialista su esquema de vacunación necesaria.
- El nuevo coronavirus puede infectar a personas de todas las edades, si bien se ha observado que las personas mayores y las que padecen algunas enfermedades crónicas, tienen más probabilidades de enfermarse
- Los antibióticos son eficaces contra las bacterias, pero no contra los virus.
- No se automedique.

Para el especialista

1. Diferir la visita del paciente estable que realiza el seguimiento de rutina.
2. Mantener la comunicación vía WS o SMS cuando sea necesario.
3. Si el paciente es de tratamiento reciente y debe controlarse necesariamente la tolerancia a los anti-fibróticos/inmunomoduladores o ajustar dosis, mantener una conversación telefónica periódica. Indicar incremento o no de dosis.
4. Diferir las pruebas de función pulmonar.
5. Diferir los estudios por imágenes.
6. La solicitud de análisis de laboratorio para evaluar función hepática sobre todo o hemograma puede hacerse por pedido a través de mail o whatsapp. El paciente debe saber perfectamente a que laboratorio concurrir y en que horario.
7. Confección de recetas: las farmacias recibirán las recetas vía mail o whatsapp. Hacer constar bien todos los datos del paciente, incluido DNI.
8. Suspender la Rehabilitación Respiratoria en el centro habitual: indicar ejercicios caseros, asegurarnos de que cumpla al menos con una caminata en el departamento, casa, balcón y ejercicios respiratorios y de grupos musculares. Para tal fin, se puede enviar al paciente vía mail o WS, la cartilla de la AAMR de ejercicios para pacientes crónicos.
9. Si el paciente realiza OCD u otro tipo de oxigenoterapia: cuidar rigurosamente como siempre o más, la higiene del equipo y las condiciones de suministro.
10. Toda medida que se considere de excepción debe ser consensuada con el equipo de discusión multidisciplinaria vía on line.

Fuentes

- <https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19>
- <https://www.europeanlung.org/es/qa-covid-19/>. En español
- <https://alfa1.org.es/que-podemos-hacer-ante-el-covid-19/>
- <https://happyair.org/enfermedades-respiratorias-y-coronavirus/>
- <https://rochepacientes.es/recomendaciones-sobre-el-covid-19-para-pacientes-con-enfermedades-pulmonares/>
- <http://fibrosispulmonar.es/informacion-sobre-el-covid-19>
- <https://www.nejm.org/coronavirus>