

**** Recomendaciones para la prevención frente al coronavirus SARS-CoV-2 en pacientes inmunodeprimidos**

El **SARS-Cov-2** es un coronavirus que se transmite por vía aérea a través de las gotas de saliva que se emiten al hablar, toser o estornudar, que sirven de transporte para los microorganismos que se encuentran en las vías respiratorias, pero también al estrechar la mano de una persona enferma o tocar una superficie contaminada. Dicho coronavirus ocasiona una infección respiratoria denominada **COVID-19**.

Hasta ahora no hay datos del comportamiento del virus en individuos con **inmunodeficiencias primarias o secundarias** (como los pacientes en tratamiento con fármacos inmunosupresores). La situación de cada paciente será además variable y dependerá del tipo de inmunodeficiencia que presenta, bien sea de tipo celular o de anticuerpos, del tratamiento que esté llevando actualmente, así como de otros posibles factores médicos (como edad, padecer o no una enfermedad pulmonar crónica, etc.). Como ocurre con otras infecciones virales respiratorias como la gripe, es posible que los pacientes inmunodeprimidos, o con enfermedades crónicas debilitantes o de edad avanzada, se enfrenten a un riesgo mayor de infecciones (y, eventualmente, complicaciones) que el resto de la población.

Es conveniente, por tanto, que los pacientes inmunodeprimidos sean cuidadosos. Las precauciones que deben tomar estos pacientes inmunodeprimidos para evitar contagiarse por el nuevo coronavirus son, en principio, las mismas que para la población general, aunque con algunos matices.

Las principales recomendaciones a seguir para evitar el contagio por el nuevo coronavirus en este grupo de pacientes inmunodeprimidos comprenden:

1. Mantenga una higiene correcta

Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón durante al menos 20 segundos, o bien con un desinfectante para manos a base de alcohol (al menos 60% de alcohol), especialmente: después de ir al baño, antes de comer, después de sonarse la nariz, toser o estornudar y después del contacto directo con personas enfermas o su entorno. Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca antes de lavarse las manos.

Debe realizarse la limpieza habitual de las superficies de la casa/oficina regularmente.

2. Emplee pañuelos desechables

Si no se tienen a mano pañuelos, no es conveniente taparse durante un estornudo con la mano, ya que son las extremidades que se utilizan para interactuar con los demás, por lo que es más conveniente taparse con la cara interna del antebrazo en el momento de toser o estornudar y lavarse las manos enseguida. Si utiliza un pañuelo desechable, luego tírelo a la basura.

3. Evite el contacto cercano con personas que estén enfermas.

Evitar el contacto o mantener una distancia de al menos dos metros con personas que padecen síntomas de infección respiratoria, (fiebre, tos, dolores musculares generalizados, dolor de garganta o dificultad respiratoria), y no compartir con ellas las pertenencias personales.

4. Quédese en casa si se encuentra enfermo.

Se recomienda en general quedarse en casa cuando se está enfermo por la probabilidad de transmitir la infección a los compañeros de trabajo. Además, en estas personas que

van a trabajar enfermas se observa con frecuencia una inevitable disminución en la productividad.

5. Trate de seguir una correcta alimentación.

El contagio de las infecciones respiratorias depende en gran medida de la fortaleza del sistema inmunológico. Una buena alimentación es clave para su organismo.

6. No se recomienda el uso de mascarillas.

Los centros para la prevención y control de enfermedades (CDC, del inglés *Centers for Disease Control and Prevention*) no recomiendan que las personas que estén bien usen una máscara facial para protegerse de las enfermedades respiratorias, incluido el COVID-19. Las personas que muestran síntomas de estar infectadas por el SARS-CoV-2 deben usar mascarillas para ayudar a prevenir la propagación de la enfermedad a otras personas. El uso de máscaras faciales también es crucial para los trabajadores de la salud y para las personas que cuidan a alguien en entornos cercanos (en el hogar o en un centro de atención médica).

7. Evite las grandes aglomeraciones.

Particularmente en niños con inmunodepresión, se recomienda no asistir a lugares donde pueda haber aglomeraciones o excesivo contacto con otras personas.

8. Evite el consumo de tabaco y alcohol.

Además de ser perjudiciales para la salud, estas sustancias debilitan el sistema inmunológico, por lo que el organismo es más vulnerable ante enfermedades infecciosas.

9. Evite viajar si tiene fiebre y tos.

No debe viajar si tiene fiebre y síntomas de infección respiratoria para evitar infectar a otras personas. Además, particularmente se deben evitar los viajes a las zonas con mayor concentración de casos de COVID-19, tal y como actualizan de forma periódica las Autoridades Sanitarias.

10. Evite compartir comida y utensilios (cubiertos, vasos, servilletas, pañuelos, etc.) y otros objetos sin limpiarlos debidamente.

La evolución del número de casos ira definiendo mejor el riesgo de contagio. Aunque lógicamente es deseable que no se diera ningún caso, si se produjeran infecciones en individuos con inmunodeficiencias o inmunodeprimidos, su evolución ayudaría a estimar de manera más concreta el riesgo para otros pacientes con situaciones similares. En este sentido es importante indicar que existen en desarrollo varios tipos de vacunas y se están buscando tratamientos con posible efecto antiviral que pudieran ser utilizados en pacientes inmunodeprimidos en caso necesario.

¿Qué hacer ante sospecha de infección?.

En caso de que se usted padezca una inmunodeficiencia primaria o secundaria (por ejemplo, esté con un tratamiento inmunosupresor) y tuviera una sospecha de que pueda haberse contagiado por coronavirus, deberá seguir los cauces habituales previstos por las autoridades sanitarias indicando su situación médica particular.

Los pacientes inmunodeprimidos que desarrollen fiebre, tos, dolor de cabeza o dificultad respiratoria deben consultar a su médico especialista o al de Atención Primaria (preferiblemente mediante comunicación telefónica), indicando claramente cuáles son sus enfermedades crónicas y el tipo de tratamiento que toma de forma habitual. Su médico le preguntará por sus síntomas, dónde ha estado y con quién ha tenido contacto. La asistencia en el servicio de Urgencias, por tanto, debe ser preservada para los pacientes que presenten síntomas graves, a fin de evitar su colapso.

En caso necesario estas autoridades podrán contactar con los especialistas habituales que le atienden por su condición de inmunodeficiente, para precisar la necesidad de medidas extraordinarias.



Recomendaciones realizadas por las sociedades:

SOCIEDAD ESPAÑOLA DE ENFERMEDADES INFECCIOSAS Y MICROBIOLOGÍA CLÍNICA (SEIMC)

Mario Fernández Ruiz. Presidente de GESITRA, Unidad de Enfermedades Infecciosas; Hospital Universitario 12 de Octubre.

Julio García Rodríguez. Jefe de Servicio de Microbiología, Hospital Universitario La Paz, Madrid.

Jordi Vila Estapé. Jefe de Servicio de Microbiología, Hospital Clínic de Barcelona.

SOCIEDAD ESPAÑOLA DE INMUNOLOGÍA (SEI)

Eduardo López Granados. Jefe de Servicio de Inmunología. Hospital Universitario La Paz, Madrid.

M^a África González Fernández. Catedrática de Inmunología de la Universidad de Vigo. Presidenta de la Sociedad Española de Inmunología.