

**** ACTUALIZACIÓN DE LAS RECOMENDACIONES PARA LA PREVENCIÓN FRENTE AL CORONAVIRUS SARS-COV-2 EN PACIENTES INMUNODEPRIMIDOS.**

Versión 02/24 abril 2020

Tras los acontecimientos recientes, con la finalización del confinamiento de algunos sectores empresariales, y las medidas planteadas por el gobierno de una desescalada gradual del confinamiento, consideramos oportuno **actualizar las recomendaciones**, así como proporcionar información adicional a los pacientes inmunodeprimidos.

En esta actualización, nos centraremos en los aspectos que consideramos relevantes, dada la gran cantidad de información que existe ya sobre el tipo de virus, su transmisión, contagio, etc.

En los meses que llevamos de infección, **no se ha apreciado una frecuencia llamativamente alta de pacientes inmunodeprimidos con COVID-19**, lo que puede estar en relación con la particular atención y seguimiento de estas personas a las recomendaciones realizadas a la población general por las autoridades sanitarias. Recomendamos mantener todas las medidas de prevención que se continúen realizando en función de la evolución de la pandemia. Asimismo, aunque manteniendo la precaución debido a la enorme variedad de situaciones y tipos de inmunodepresión, algunos datos por ejemplo en inmunodeficiencias primarias **no objetivan un incremento de riesgo de padecer la forma de COVID-19 más severa que cursa con hiper-inflamación**. En el registro de COVID-19 e inmunodeficiencias primarias realizado por la ESID (Sociedad Europea de Inmunodeficiencias) se habían indicado sólo 15 casos hasta el 5 de abril. La evolución también fue buena con los tratamientos hasta ahora empleados, 7 de ellos precisaron ingreso, y de ellos sólo dos desarrollaron el síndrome de distrés respiratorio agudo.

Aparte de incluir el seguimiento de las medidas de aislamiento pautadas por el Gobierno, las principales recomendaciones a seguir para evitar el contagio por el nuevo coronavirus en este grupo de pacientes inmunodeprimidos son las mismas indicadas anteriormente, aunque queríamos destacar y explicar el cambio con respecto a las recomendaciones del **uso de mascarillas**.

El gobierno de España, dado que aún siguen detectándose casos positivos y habiéndose demostrado la presencia de un porcentaje importante de portadores asintomáticos potencialmente transmisores de la enfermedad, recomienda actualmente el uso de mascarillas a la población sobre todo que emplee transportes públicos, trabajos donde no se pueda mantener la distancia de seguridad, en las entradas a centros de salud, hospitales... Por tanto estas recomendaciones para población general son también aplicables a **pacientes inmunodeprimidos**, por lo que se han recogido en la actualización del documento.

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.

Deben limpiarse las superficies de la casa/oficina regularmente, ya que el virus puede permanecer activo sobre esas superficies.

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 de su 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. Uso de mascarillas.

Se recomienda usar mascarillas en los transportes públicos y en cualquier situación en las que no se pueda mantener la distancia de seguridad. Puntualizamos que esta medida se toma para ayudar al control de la expansión de la enfermedad, y hay que recordar que el llevarla no protege 100% del contagio. Para lograr este objetivo, además de no relajar el resto de medidas de precaución, la mascarilla debe cambiarse frecuentemente. Es muy importante tener en cuenta su correcta colocación, y es recomendable lavarse las manos tanto antes de ponérsela, como tras quitársela.

Seguimos insistiendo que las personas que muestran síntomas de estar infectadas por el SARS-CoV-2 deben usar mascarillas obligatoriamente para 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).

En cuanto a los tipos de mascarillas disponibles en el mercado, queremos puntualizar que la gran mayoría cumplen el objetivo, por el que el gobierno de España ha generalizado su uso, **para ayudar a que el portador no contagie la infección al resto de la población**. Este grupo comprende mascarillas quirúrgicas desechables, FPP1 y FPP2 sin válvula de exhalación (ver Figura).

Por otro lado, la única mascarilla que cumpliría el doble objetivo de no contagiar y no ser contagiado (siempre que se usase correctamente, lo que impide afirmar que su seguridad sea del 100%) es la mascarilla FPP2 sin válvula de exhalación.

No se deben utilizar las mascarillas FPP2 con válvula de exhalación ni las FPP3, ya que sus válvulas de exhalación impiden que controlen la capacidad de contagiar del portador.

7. Evite las grandes aglomeraciones.

Una vez que se acaben las medidas de confinamiento, se recomienda no asistir a lugares donde pueda haber aglomeraciones o excesivo contacto con otras personas. En caso de necesitar acudir a una consulta médica, ajústese a la hora de citación para esperar el menor tiempo posible en la sala de espera.

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.

Tras el cese del confinamiento obligatorio, no debe viajar si tiene fiebre y síntomas de infección respiratoria, con el fin de 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.

¿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. En caso de que sus médicos habituales que le atienden por su condición particular, hayan establecido algunas medidas particulares de comunicación o atención, lógicamente haga uso de ellas.

Los pacientes inmunodeprimidos que desarrollen fiebre, tos, dolor de cabeza o dificultad respiratoria deben consultar a su médico especialista o al de Atención Primaria (mediante comunicación telefónica), indicando claramente cuáles son sus enfermedades crónicas y el tipo de tratamiento que toma de forma habitual. 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.
Presidente de la Sociedad Española de Enfermedades Infecciosas y Microbiología Clínica.

SOCIEDAD ESPAÑOLA DE INMUNOLOGÍA (SEI)

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






















Carmen Cámara Hijón. Facultativa especialista de Inmunología. 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.



DIFERENTES TIPOS DE MASCARILLAS

CLASIFICACIÓN SEGÚN LOS
DISTINTOS TIPOS DE PROTECCIÓN

EQUIPO	TIPO	Para no contagiarse Protección de quien la lleva contra organismos infecciosos	Para no contagiar Evita la emisión de organismos infecciosos	PROPIEDADES
<p>Mascarillas autofiltrantes desechables</p> <p>Protegen de fuera hacia dentro y sirven para prevenir el contagio</p> <p>SIGUEN LA NORMA EN 149</p> <p> LAS REUTILIZABLES LLEVAN UNA "R"</p> <p> LAS NO REUTILIZABLES SERVIRÁN PARA UN ÚNICO TURNO. MARCADAS CON "NR"</p>	<p>FFP 1 sin válvula de exhalación</p> 			<ul style="list-style-type: none"> • Equipo de protección pero con filtración mínima • No protege frente a organismos infecciosos. • Limita la propagación del contagio
	<p>FFP 2 sin válvula de exhalación</p> 			<ul style="list-style-type: none"> • Protege y limita la propagación del contagio
	<p>FFP 3 con válvula de exhalación</p> 			<ul style="list-style-type: none"> • Todas las mascarillas autofiltrantes FFP 3 disponen de válvula de exhalación • Protege pero no limita la propagación del contagio
	<p>FFP 2 con válvula de exhalación</p> 			<ul style="list-style-type: none"> • Protege pero no limita la propagación del contagio
	<p>Quirúrgicas y caseras</p> <p>Protegen de dentro hacia afuera</p> <p>Sirven para que alguien enfermo no contagie. En este grupo se incluyen las fabricadas en casa, aunque estas sin ninguna homologación</p>	<p>Mascarilla quirúrgica desechable</p> 		
<p>Mascarilla higiénica desechable</p> 			<ul style="list-style-type: none"> • No es un equipo de protección • No protege pero limita la propagación del contagio • No sujeto a norma, eficacia no testada 	
<p>Industriales</p> <p>Protegen de fuera hacia dentro</p> <p>SIGUEN LA NORMA EN 140</p>	<p>Semimáscara buconasal con filtros</p> 			<ul style="list-style-type: none"> • Todas disponen de válvulas de exhalación • Protege pero no limita la propagación del contagio • Reutilizable

Fuente: LNE

@elperiodico / @EPGraficos 

Actualización: recomendaciones para la prevención frente al coronavirus en pacientes inmunodeprimidos



Mantén una correcta higiene



Utiliza pañuelos desechables



Evita el contacto cercano con personas enfermas



#Quedateencasa si estás enfermo



Sigue una correcta alimentación



Usa mascarillas*, especialmente si muestras síntomas respiratorios



Evita aglomeraciones



Evita el consumo de alcohol y tabaco



Evita viajar con tos y fiebre



No compartas comida u objetos sin limpiar



* Las **mascarillas quirúrgicas desechables y FFP1** están destinadas a proteger a los demás, no a nosotros. Lávate las manos antes de ponértelas y tras retirarlas, para evitar contagiarte. **No bajes la guardia con el resto de medidas higiénicas.** Las **mascarillas FFP2 sin válvula de exhalación** están destinadas a protegernos a nosotros y a los demás.



Los datos disponibles hasta ahora **no indican una mayor incidencia de infección** en inmunodeprimidos (sugiere el buen seguimiento de las medidas de precaución), **ni una tasa más elevada de las complicaciones más graves de COVID19** en pacientes inmunodeprimidos o inmunodeficientes.