

San José, Costa Rica. Abril 2020.



Artículo y video

¿Ser asmático aumenta el riesgo de tener un contagio o infección?

Hay que entender, primero, que este virus era desconocido para nosotros hasta hace escasos 3 meses, lo que sabemos de esto es relativamente poco, pero cada día los médicos alrededor del mundo y con las herramientas tecnológicas de comunicación de hoy en día nos vamos enterando casi en tiempo real de las experiencias que van teniendo los colegas de otros países, quienes ya han tenido esta amenaza más adentro de sus poblaciones y cada día nos preparamos más en cuanto a conocimiento del tema.

Al menos con la evidencia que tenemos disponible hoy, no podemos decir que ser asmático aumenta el riesgo de que una persona adquiera el virus; tampoco que las personas asmáticas que se infectan con el virus tengan un curso complicado o que lleguen a fallecer.

Lo que sí sabemos, sobre todo relacionándolo con el conocimiento que tenemos de otros virus respiratorios, es que las personas con asma, cuando sufren infecciones virales, por ejemplo, por virus como la influenza, rinovirus u otros coronavirus que nos causan infecciones respiratorias todos los años, y si el asma está mal controlada o en asmáticos susceptibles, estos virus pueden desencadenarle crisis de asma; entonces la evidencia que tenemos no apunta necesariamente al sentido de que los asmáticos sean personas de riesgo para adquirir la infección, y tampoco podemos decir que sean de riesgo para adquirir una infección grave por este coronavirus nuevo.

Sin embargo, es probable que igual que cualquier otro virus respiratorio, este coronavirus sea capaz de desencadenar crisis de asma, y ello, a su vez, puede traer complicaciones graves del sistema respiratorio las cuales también necesitan evitarse.

¿Qué es lo mejor que puede hacer un asmático en estos tiempos?

Precisamente, en relación con la primera pregunta, lo más importante que debe hacer un asmático es controlar su enfermedad, y para esto necesita utilizar los tratamientos de mantenimiento y de control prescritos por su médico, continuar con los cuidados necesarios para que el asma esté bien controlada, en el sentido de evitar la exposición a factores del ambiente que pueden desencadenar síntomas y de lo que no se escapa ningún asmático, al igual que el resto de seres humanos de este planeta, es seguir las indicaciones de aislamiento estricto, social, las medidas de la casa de no salir (las autoridades de salud nos tienen bastante advertidos al respecto) son, por supuesto, igual de importantes en una persona asmática.

Doctor se ha dicho que los esteroides pueden complicar la infección del coronavirus. ¿Entonces, qué deben hacer los asmáticos si tienen tratamientos que incluyen esteroides?

Bueno, es necesario recordar que existe una gran diferencia entre los efectos que podemos ver de los esteroides, los corticosteroides o los derivados de la cortisona cuando los llevamos por vía sistémica, es decir, cuando se utilizan en pastillas o en inyectables, tanto en la vena como en los músculos. Estos medicamentos, cuando son por esa vía sistémica, tenemos que usar dosis relativamente alta muchas veces, el medicamento se distribuye en todo el cuerpo y es cuando aparecen los efectos secundarios.

Entre los efectos secundarios de los esteroides sistémicos está bajar las defensas que tenemos ante agentes infecciosos, incluidos los virus. Por eso, existe información que indica que los esteroides o corticosteroides inyectados por vía sistémica pueden aumentar los riesgos de complicaciones ante la infección por este virus.

Pero de eso existe una inmensa diferencia a lo que llamamos esteroides o corticosteroides por vía inhalada, que es la base de tratamientos para el asma, la mayoría de pacientes asmáticos mejoran o logran controlarse cuando se emplean esteroides inhalados,

pero debe entenderse y dejar muy clara la gran diferencia de que los esteroides inhalados nos permiten utilizar dosis tan bajas que prácticamente todo actúa a nivel local, y la cantidad del esteroide que baja a la sangre y, por lo tanto, es capaz de bajar nuestros sistemas de defensa prácticamente no existe.

De forma que son medicamentos muy útiles para controlar la inflamación que hay en el asma y, al mismo tiempo, muy seguros. No existe ninguna evidencia de que el uso de esteroides inhalados, como se usan en el control del asma, aumente el riesgo de complicación en una infección por coronavirus; todo lo contrario, lo más importante ahora para un asmático es mantener estrictamente su tratamiento. Si su enfermedad no está del todo bien controlada, contactar a su médico para ver cuáles ajustes o de qué manera se puede controlar el asma actualmente; de tal manera que si alguna persona asmática resulta afectada por el coronavirus, sea en un momento en que su sistema respiratorio esté en la mejor condición posible, para que sufra el menor riesgo de complicarse.

¿Hay algún tratamiento que se pueda tomar para fortalecer los pulmones?

Es una pregunta frecuente y tenemos que ser muy honestos: no existe tal cosa, no hay ningún medicamento para fortalecer los pulmones, lo que tenemos que hacer es continuar con una alimentación adecuada, tratar de mantener actividad física aunque estemos confinados en nuestros hogares o en nuestros centros de trabajo por el aislamiento social necesario, buscar una alternativa para hacer actividad física también dentro de la casa, dormir bien y, por supuesto, insistir en el control y en el uso correcto tal como está prescrito de los medicamentos para controlar sus enfermedades, no solamente el asma, sino las crónicas como la hipertensión, la diabetes, los problemas cardiovasculares, todas las enfermedades crónicas que pueden implicar un potencial riesgo de complicaciones ante una infección por el coronavirus deben estar lo mejor controladas más que nunca.

¿Qué hacer con aquellas personas que quizás tengan citas programadas para su control de asma?

Es necesario ir viendo caso por caso, no todas las situaciones son iguales. En términos generales, si el asma está bien controlada en este momento, en el sentido de que los síntomas en las noches nunca aparecen, de no haber tenido la necesidad de asistir a emergencias recientemente por crisis, en el día a día los síntomas de asma están ausentes, recomendación sería, quizá, contactar al médico para ver si está de acuerdo con posponer la cita a un mejor momento y, por supuesto, continuar los tratamientos, asegurarse de que tiene suficientes medicamentos para las siguientes semanas o meses.

En las personas en que el asma está mal controlada, es decir, están teniendo síntomas con frecuencia, despertares en la noche por asma, que están necesitando tratamiento de alivio y de rescate con mucha frecuencia, crisis de asma u hospitalizaciones recientes por lo mismo, es conveniente contactar al médico para definir entre los dos si es necesaria una valoración presencial, para aliviar la enfermedad y mejorar el tratamiento o si es algo que puede manejarse eventualmente por vía telefónica o mediante las herramientas tecnológicas de las que estamos disponiendo.

Si la enfermedad está mal controlada, en el sentido de que se está teniendo una crisis de asma, pues muchas veces será necesario asumir los riesgos de una infección al salir de la casa o visitar un centro médico, porque también existen riesgos significativos de una complicación grave, incluso de fallecer en una crisis de asma severa si no se atiende a tiempo.

Recomendaciones generales:

Técnicas de higiene estrictas, lavado de manos, desinfección de la casa con los elementos que ya conocemos: el alcohol, las soluciones cloradas, extremar las medidas de higiene.

El aislamiento social estricto, no recibir visitas, proteger a nuestros adultos mayores, a nuestros papás, a nuestros abuelos, comunicarnos por vía tecnológica también, evitar tener contacto con ellos.

Salir de la casa solo si es estrictamente necesario y esperemos que todos juntos, asumiendo estas responsabilidades, logremos superar la emergencia sanitaria.

Fuente: [Dr. José Rafael Rojas](#), especialista en Medicina Interna y Neumología.

Video



Personas en esta conversación

Stickies

Lovies

Document converted to pdf via [Document Cyborg](#)