

# PERLAS CIENTÍFICAS

## No. 22

El objetivo de estas perlas es compartir el conocimiento científico con términos simples y claros, motivados por el sufrimiento de nuestros semejantes.

Como seres humanos comprometidos con la salud procuraremos orientar objetivamente durante esta pandemia.



### COMORBILIDADES Y COVID-19 (SEGUNDA PARTE)

*Actualizado al 19 de junio del 2021  
Publicado el 20 de junio del 2021 (El Diario)*

En la primera parte analizamos 5 preguntas sobre la relación de las comorbilidades y el COVID-19, ahora abordaremos otras 5 cuestiones importantes para comprender la magnitud de este problema y las alternativas de solución.

Recuerde que su equipo médico de cabecera (**EMC**) es fundamental para evaluar sus comorbilidades y uso de varios medicamentos (polifarmacia) con el fin de brindarle una atención óptima.

#### 6. ¿Qué comorbilidades se relacionan con el COVID-19?

Las siguientes enfermedades pueden aumentar el riesgo de enfermarse gravemente por COVID-19:

**Cáncer.** Los tratamientos para muchos tipos de cáncer pueden debilitar la capacidad de su cuerpo para combatir enfermedades. En este momento, según los estudios disponibles, tener antecedentes de cáncer puede aumentar su riesgo.

**Enfermedad hepática.** Tener una enfermedad hepática crónica, como enfermedad hepática relacionada con el alcohol, enfermedad del hígado graso no alcohólico y especialmente cirrosis.

**Enfermedad renal crónica.**

**Síndrome de Down.**

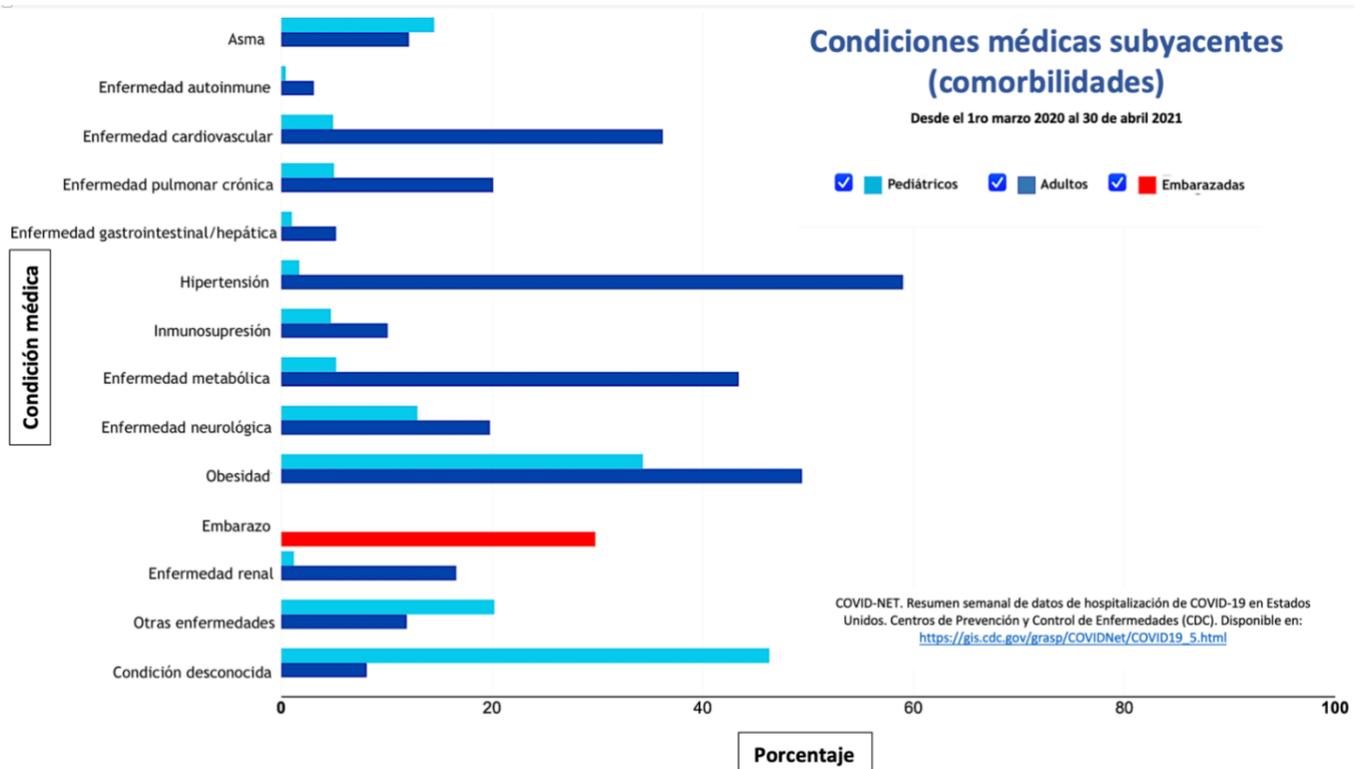
Afecciones neurológicas. Tener afecciones neurológicas como la demencia.

**Afecciones cardíacas.** Como insuficiencia cardíaca, enfermedad de las arterias coronarias, cardiomiopatías y posiblemente presión arterial alta (hipertensión).

**Estado inmunodeprimido (sistema inmunológico debilitado):** Muchas afecciones y tratamientos pueden hacer que una persona esté inmunodeprimida o tenga un sistema inmunológico debilitado. La inmunodeficiencia primaria es causada por defectos genéticos que pueden heredarse. El uso prolongado de corticosteroides u otros medicamentos, como los que se usan para tratar el cáncer o a pacientes que fueron trasplantados de algún órgano, que debilitan el sistema inmunológico puede provocar una inmunodeficiencia secundaria o adquirida. La infección por el virus de inmunodeficiencia humana (VIH) es otro factor.

**Enfermedades pulmonares crónicas.** Incluye:

- Asma, si es de moderada a grave. Aunque actualmente su relación es **CONTROVERSIAL**.
- Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), que incluye enfisema y bronquitis crónica
- Tener tejido pulmonar dañado o con cicatrices, como enfermedad pulmonar intersticial (incluida la fibrosis pulmonar idiopática)
- Fibrosis quística, con o sin trasplante de pulmón u otro órgano sólido
- Hipertensión pulmonar (presión arterial alta en los pulmones)



**Sobrepeso y obesidad.** Sobrepeso (definido como un índice de masa corporal de 25 kg/m<sup>2</sup> a 29.9 kg/m<sup>2</sup>), obesidad (IMC ≥30 kg/m<sup>2</sup> a <40 kg/m<sup>2</sup>) u obesidad grave (IMC ≥ 40 kg / m<sup>2</sup>). El riesgo de enfermedad grave por COVID-19 aumenta drásticamente con un IMC elevado.

**Embarazo.** Las personas embarazadas y las que han estado embarazadas recientemente (durante al menos 42 días después del final del embarazo) en comparación con las personas que no están embarazadas.

Enfermedad de células falciformes o talasemia. Tener trastornos de la hemoglobina en la sangre, como la enfermedad de células falciformes (ECF) o la talasemia.

**Fumar, ahora o antes.** Ser un fumador actual o anterior de cigarrillos. Si fuma actualmente, deje de hacerlo. Si solía fumar, no empiece de nuevo. Si nunca ha fumado, no empiece

**Trasplante de órganos sólidos o células madre sanguíneas.** Haber tenido un trasplante de órganos sólidos o células madre sanguíneas, que incluye trasplantes de médula ósea.

**Diabetes.** Tener diabetes tipo 1 y tipo 2. Ya sea con o sin complicaciones.

Enfermedad cerebrovascular. Tener una enfermedad cerebrovascular, como un accidente cerebrovascular (“ictus” o “embolia cerebral”)

**Trastornos por consumo de sustancias.** Tener un trastorno por consumo de sustancias (como trastorno por consumo de alcohol, opioides o cocaína).

## 7. ¿Cómo puedo protegerme del COVID-19 si padezco comorbilidades?

Como describimos en **perlas científicas No 2**, el «triángulo con el sombrero y la base» es una herramienta cognitiva para protegernos de la descompensación de las comorbilidades. Adicionalmente existen otras medidas específicas que describimos en la siguiente infografía y pueden ayudar a protegernos del COVID-19. **(VER INFOGRAFÍA)**

## 8. ¿Es seguro consumir CUALQUIER lista/coctel de medicamentos para el COVID-19?

**NO.** Sabemos que el consumo de cualquier medicamento/sustancia sin conocimiento de su EMC puede resultar dañino. Por tanto, el consumo indiscriminado y generalizado de cualquier lista de medicamentos resulta aún **más peligroso**. La mayoría de los tratamientos sugeridos en esas listas no tienen evidencia científica sólida de **beneficio** y pueden asociarse a perjuicios para la salud de los pacientes con COVID-19. Toda medicación debe ser diseñada exclusivamente para cada paciente individualmente considerando sus comorbilidades, medicamentos que usa, alergias, antecedentes, examen físico y exámenes complementarios.

Cuando una persona usa medicamentos indiscriminadamente, existe la posibilidad de anular o potenciar los efectos de otros medicamentos, generar resistencias (**perlas científicas No. 4**), ingerir dosis inadecuadas por sus comorbilidades y sufrir

# MEDIDAS DE PROTECCIÓN PARA PERSONAS CON COMORBILIDADES

Dependiendo de la comorbilidad, algunas indicaciones pueden ser más específicas, pero dejamos algunas comunes:

## 1 APLIQUE EL TRIÁNGULO CON EL SOMBRERO Y LA BASE (AAQC)

El sombrero tiene 3 elementos de aplicación diaria: 1. Controlar el estrés; 2. Aprender algo nuevo; 3. Interacción social significativa. Incluye también el ejercicio (ápice), la alimentación (izquierda), cumplimiento de la medicación (derecha) y el dormir bien (base).



## 2 VACÚNESE

Cuando una vacuna COVID-19 esté disponible para usted, lo alentamos a utilizar esta herramienta segura y eficaz para prevenir que ocurran enfermedades graves. ¡No olvide tampoco sus vacunas contra la gripe y la neumonía!



## 3 HÁGASE LA PRUEBA PARA DEFINIR SU TRATAMIENTO

Si tiene síntomas de COVID-19, es importante hacerse la prueba. Hay nuevos tratamientos disponibles que pueden reducir su riesgo de enfermedad grave por COVID-19. Hable con su EMC sobre sus opciones.



## 4 CONOZCA LAS EMERGENCIAS RESPIRATORIAS

Si tiene una descompensación de su enfermedad pulmonar o experimenta nuevos síntomas que le preocupan, llame a su EMC y elaboren un plan juntos.



## 5 VERIFIQUE SUS FUENTES

La desinformación está en todas partes. Busque fuentes de información confiables para mantenerse actualizado, como los CDC o la OMS.



## 6 SIGA CUMPLIENDO SU MEDICACIÓN

Ya sea que tome medicamentos orales o inhalados, es importante que continúe con su régimen según lo prescrito.



## 7 MANTÉNGASE CONECTADO(A)

Mantener al menos dos metros de distancia entre los demás es necesario para su salud física, pero mantener las conexiones con los demás es importante para su salud mental y emocional.



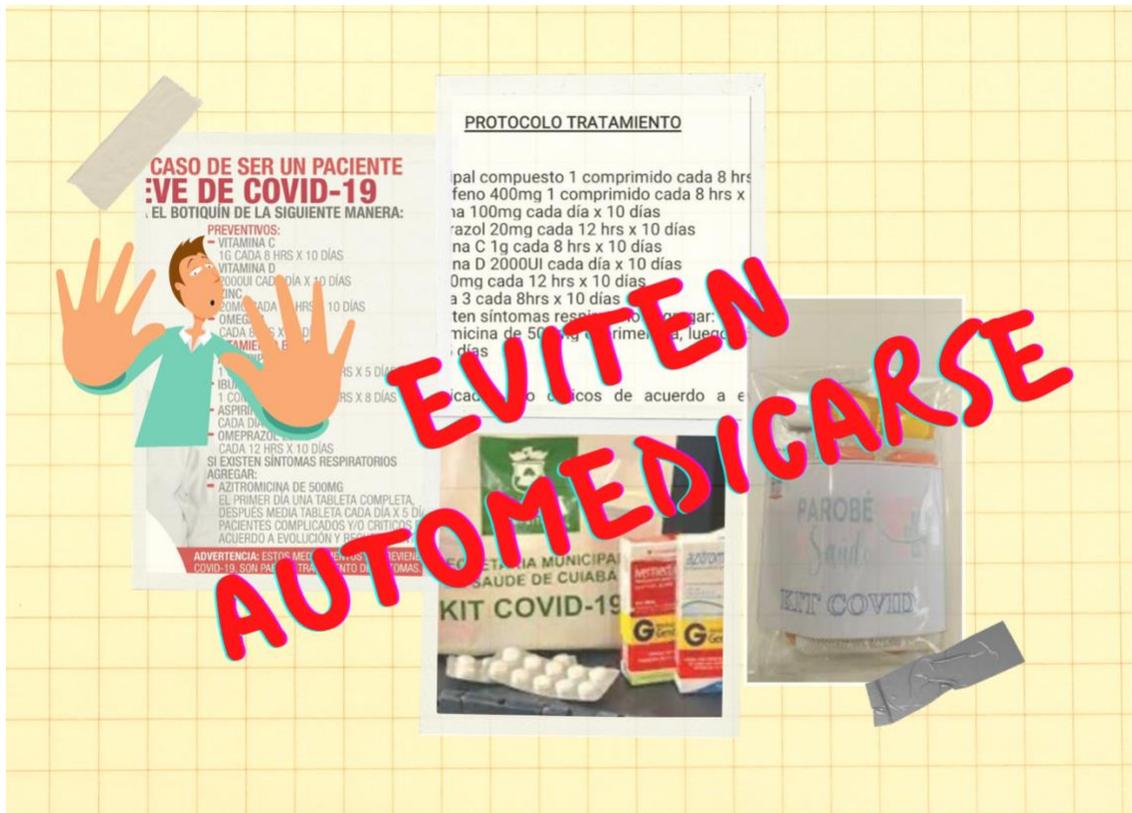
reacciones adversas. Lo que puede incrementar el riesgo de morbilidad y mortalidad.

En abril del 2021, se publicó una revisión desde la universidad de Nebraska, Estados Unidos en la revista científica *Biomedicine & Pharmacotherapy* que muestra la importancia de la individualización de la medicación disponible para tratar un caso de COVID-19. Esta revisión se enfoca principalmente en las interacciones entre medicamentos autorizados y no autorizados para COVID-19, considerando sus mecanismos de transporte y metabolismo. Los autores concluyen que la interacción medicamento-medicamento o medicamento-comorbilidad son consideraciones esenciales para identificar el régimen de tratamiento óptimo individualizado.

En agosto del 2020, se publicó una revisión desde Liverpool, Reino Unido en *Journal of Antimicrobial Chemotherapy*. Muestran la metodología y los procesos utilizados para establecer la herramienta de revisión de interacciones disponible en <https://www.covid19-druginteractions.org>. Esta herramienta inicialmente estuvo basada en terapias experimentales y actualmente se encuentra actualizado con las propuestas recientes.

Como este par de publicaciones, muchas otras son de conocimiento básico de todo profesional médico fundamentados en el principio de “absorción, distribución, metabolismo y excreción” que tiene cada medicamento. Asimismo, actualmente existen muchos estudios en farmacocinética y farmacodinamia aplicados a pacientes en diferentes contextos clínicos (obesos críticamente enfermos, enfermos renales en diferentes etapas, pacientes con cáncer, etc.)





### 9. ¿Cómo prepararnos frente al desabastecimiento de insumos y medicamentos para nuestras comorbilidades?

La escasez de medicamentos y alimentos se ha agravado durante esta pandemia debido al cierre temporal o permanente de negocios, restricciones de viajes, etc. que impidieron que los bienes se produjeran o transportaran a donde se necesitaban. Como tal, evitar quedarse sin medicamentos es crucial para mantener compensadas las comorbilidades.

Verifique qué medicamento está tomando de manera crónica y obtenga un stock razonable en casa (durante al menos 30 días, dependiendo del período de vencimiento). Además, piense en obtener más incluso antes de que se le acaben los medicamentos. Otros consejos son que busque en otras farmacias, en diferentes departamentos y, si el medicamento está completamente agotado, debe hablar con su EMC y preguntar si hay un medicamento similar que pueda usar para reemplazar temporalmente.

Los Centros de Control y Prevención de Enfermedades de los Estados Unidos (CDC, en inglés) también recomiendan tener opciones de alimentos que no se puedan almacenar en el

estante disponibles para adaptarse a las necesidades dietéticas de un paciente según su condición médica.

### 10. ¿Cuáles son los gatillos que pueden descompensar mis comorbilidades?

La evidencia científica es amplia respecto a todas las características de los gatillos para descompensar diferentes comorbilidades. Sin embargo, resumiremos brevemente los gatillos comunes de comorbilidades frecuentes:

Diabetes.

- Situaciones de estrés
- Excesiva ingesta de alimentos

Hipertensión arterial.

- Situaciones de estrés
- Medicamentos que aumentan la presión arterial

Asma. Se puede desencadenar dificultad para respirar y otros síntomas.

- Polvo
- Exposición al frío
- Humo del tabaco

Enfermedad renal.

- Deshidratación
- Uso de antiinflamatorios no esteroideos
- Uso de contraste para estudios de imagen

Enfermedad hepática

- Constipación
- Deshidratación

Desde luego el incumplimiento de su medicación y una infección (como el COVID-19) también son gatillos que pueden descompensar estas comorbilidades. Cualquiera que sea su comorbilidad, debe conocer qué puede agravarla y mantener optimizado su control.

## MENSAJE FINAL

***Las comorbilidades deben tomarse muy en cuenta cuando enfermamos de COVID-19. Apliquemos las medidas de protección para personas con comorbilidades.***

.....  
*Para más información sobre temas relacionados pueden consultar las publicaciones previas de perlas científicas.*  
.....

### **CORRESPONSAL, LIDERAZGO Y PROPIEDAD INTELECTUAL.**

Dr. Armin A. QUISPE CORNEJO (AAQC, [arminquispe@gmail.com](mailto:arminquispe@gmail.com)).  
Médico intensivista, internista y general. Intensive Care Medicine Ph.D. fellow.  
Equipo médico asistencial, académico y científico con sede en Bruselas, Bélgica.  
Departamento de Cuidados Intensivos del Hôpital Universitaire Erasme. Bélgica.

### **AGRADECIMIENTOS EN ESTE NÚMERO.**

Dra. Ana Luisa Alves Da Cunha (PORTUGAL, [alcunha.2@gmail.com](mailto:alcunha.2@gmail.com)),  
Dr. Javier Quispe Blanco (BOLIVIA, [valejavi778@gmail.com](mailto:valejavi778@gmail.com)),  
Dr. Adolfo Ricardo Valdivia Cayoja (BOLIVIA, [arvc\\_23@hotmail.com](mailto:arvc_23@hotmail.com)),  
Dr. Sergio Germán Burgos Salcedo (MEXICO, [sergio.burgos.salcedo@gmail.com](mailto:sergio.burgos.salcedo@gmail.com)),  
Dr. Adrián Ávila Hilari (BOLIVIA, [dr.adrianavilahilari21@gmail.com](mailto:dr.adrianavilahilari21@gmail.com)),  
Prof. Dr. Jean-Charles Preiser (BÉLGICA, [jean-charles.preiser@erasme.ulb.ac.be](mailto:jean-charles.preiser@erasme.ulb.ac.be)).

### **CONTRIBUCIONES DEL EQUIPO (en COVID-19).**

BOLIVIANAS: Guías de Manejo y Tratamiento del COVID en la Unidad de Terapia Intensiva (UTI). Resolución Ministerial 0297/2020. (Avalado por la SBMCTI y la fundación mexicana Carlos Slim). Congreso Boliviano de Medicina Crítica y Terapia Intensiva 2020. Comunicados documentados relacionados.  
MUNDIALES: Ver revistas científicas LANCET, NEJM, JAMA, CRITICAL CARE, etc.