Coronavirus (COVID-19) y Asma

¿Qué es el coronavirus (COVID-19?

El coronavirus es un virus con una estructura en forma de corona y que causa una enfermedad principalmente respiratoria llamada **COVID-19** (enfermedad ocasionada por un nuevo coronavirus encontrado en el 2019).

¿Cuáles son las manifestaciones más frecuentes del COVID-19?

De acuerdo a las principales organizaciones mundiales los datos más frecuentes que aparecen de 2 a 14 días después del contagio son:

* Fiebre
* Tos (generalmente seca)
* Dificultad para respirar
* Cansancio extremo

Menos frecuentemente también pueden presentarse:

* Catarro o congestión nasal
* Dolor de garganta
* Dolor de cabeza
* Diarrea o nausea

¿Cómo puedo saber si tengo COVID-19 o influenza o resfriado o alergia (rinitis o asma)?

Estas enfermedades respiratorias pueden tener manifestaciones **muy parecidas** y en muchas ocasiones pueden estar inclusive **combinadas**, por ejemplo, un paciente con asma puede tener un resfriado y después tener una exacerbación del asma. El COVID-19 tiene manifestaciones muy parecidas a un resfriado en la mayoría de los pacientes (**80**%) y generalmente se recuperan 1 a 2 semanas después del contagio sin presentar complicaciones. Desafortunadamente algunos pacientes (**15**%) pueden tener un cuadro más grave que presente fiebre persistente, tos persistente y dificultad respiratoria cada vez más intensa que amerite ser atendido en un hospital y aunque no existe todavía un tratamiento específico para este virus, existen varias medidas de tratamiento que ayudan a que se recuperen la mayoría de ellos. Tristemente algunas personas (**5**%) presentan una mala evolución a pesar de los tratamientos médicos y pueden fallecer.

¿Quiénes tienen más riesgo de presentar una enfermedad grave?

* Personas mayores de 65 años de edad
* Personas con una enfermedad crónica como:
  + Hipertensión arterial
  + Diabetes mellitus
  + Obesidad (índice de masa corporal > 40)
  + Enfermedades respiratorias crónicas: **asma**, tabaquismo, Enfisema
  + Enfermedades o tratamientos inmunosupresores: cáncer, lupus, SIDA

¿Qué precauciones deben tener todas las personas, y en especial las de mayor riesgo, para no contagiarse?

* Medidas de higiene personal
  + Lavarse las manos con agua y jabón 20 segundos
  + Usar gel con alcohol al 60% si no puede lavarse las manos
  + No tocarse los ojos, nariz o boca sin lavarse las manos antes
* No acudir a sitios muy concurridos y si necesita acudir, usar un cubrebocas
* Seguir las recomendaciones oficiales de los Servicios de Salud locales y nacionales

¿Qué precauciones especiales debo seguir si tengo asma?

1. Seguir las recomendaciones de su **médico tratante**.
2. Si tiene fiebre o tos, siempre comunicarse con su **médico tratante**.
3. **No suspender** su tratamiento de control con medicamentos y/o vacunas. Los pacientes que tienen asma moderada o grave y que no llevan un buen control con su tratamiento pueden presentar más complicaciones si se enferman con COVID-19.
4. Los medicamentos con esteroides nasales o inhalados **no** aumentan el riesgo de enfermarse con COVID-19.
5. Los medicamentos con antihistamínicos **no** aumentan el riesgo de enfermarse con COVID-19.
6. En una **crisis** de asma es preferible usar medicamentos en aerosol (**spray**) en vez de nebulizados, pero si no cuenta en ese momento con un aerosol puede usarlo nebulizado. Es más peligroso dejar una **crisis** de asma sin tratamiento al riesgo de que se envíen partículas virales al aire por la nebulización (si ya se tiene COVID-19).
7. **No** exponerse a olores irritantes como: humo de cigarro, humo de leña, carbón o combustibles, uso excesivo de desinfectantes o aromatizantes.

# **Referencias útiles:**

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

<https://www.worldallergy.org/UserFiles/file/Allergic_patients_during_COVID-19.pdf>

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/asthma.html>

<https://www.aaaai.org/conditions-and-treatments/library/asthma-library/covid-asthma>

<https://community.aafa.org/blog/coronavirus-2019-ncov-flu-what-people-with-asthma-need-to-know>