

Zosia Piotrowska, MD, responde sus preguntas acerca del COVID-19

Pedimos a Zosia Piotrowska, MD, del Departamento de Oncología Torácica del Hospital General de Massachusetts en Boston, responder algunas preguntas de mayor relevancia para la comunidad del cáncer pulmonar acerca del coronavirus COVID-19.

Las respuestas de la Dra. Piotrowska se enmarcan dentro de tres categorías:

- Acerca del Coronavirus - COVID-19
- El COVID-19 y el Cáncer Pulmonar
- Consejos Prácticos

A continuación se encuentran las respuestas a las preguntas que fueron discutidas en el video que se acompaña:

- Acerca del Coronavirus – COVID-19

1. ¿Qué es el COVID-19?

El COVID-19 es un coronavirus. Los coronavirus de hecho son bastante comunes. Todos hemos tenido muchos coronavirus durante nuestras vidas; de hecho, son responsables por la gripe común. Sin embargo, también hemos visto otros coronavirus que pueden causar infecciones graves, tales como el SARS y el MERS. El COVID-19 es una nueva cepa de coronavirus, originado en la región de Wuhan de China a finales de diciembre de 2019 y que se ha propagado al resto del mundo, llevando a lo que la OMS ha denominado una pandemia. El COVID-19 es una enfermedad que puede causar una amplia gama de síntomas pero, reitero, se encuentra dentro de una familia de virus que no es nueva.

2. ¿Cuáles son los síntomas de COVID-19?

Existe una gama de síntomas. Las características típicas parecieran ser una triada de fiebre, tos y disnea (dificultades respiratorias), y estos pueden variar ampliamente en su severidad. Por lo general, la tos es seca—no tanto una tos de tipo expectorante, con flema. Algunos otros síntomas como de gripe son menos comunes pero se han manifestado en algunas oportunidades, tales como dolor de garganta, dolores corporales y escalofríos. También ha habido algunos casos de diarrea.

3. ¿Quiénes se encuentren en riesgo de contraer el COVID-19?

Lo que sabemos ahora es que cualquiera puede resultar infectado con el COVID-19. Hemos visto a pacientes de todas las edades salir positivos en las pruebas para este virus. Lo que varía es cuán enfermos se ponen los pacientes. Esto parece depender de cierta forma en la edad y otros tipos de factores del huésped. Sabemos que las personas con mayor riesgo de enfermarse y tener síntomas graves son los pacientes de mayor edad. Mientras mayores somos, parece ser mayor el riesgo de complicaciones.

También están en mayor riesgo aquellos que padecen enfermedades médicas subyacentes, incluyendo condiciones cardíacas y pulmonares, así como los pacientes que estén bajo tratamiento o tengan condiciones subyacentes que pudieran suprimir sus sistemas inmunológicos.

Hemos visto que los niños pueden verse infectados, aunque por lo general tienen síntomas leves. Pero pueden, claramente, propagar el COVID-19 a otros miembros familiares que pueden estar bajo mayor riesgo.

4. ¿Cómo se propaga el COVID-19?

Lo que sabemos hasta ahora es que la principal forma de transmisión es mediante gotículas, en especial las que permanecen en las superficies. Dichas gotículas pueden infectar a alguien incluso si han permanecido en la superficie durante horas. Por eso es que el lavado de manos y la limpieza de las superficies de uso frecuente por muchas personas es tan importante para prevenir la infección. Si Ud. toca algo que es tocado con frecuencia, como los pomos de las puertas, asegúrese de lavarse las manos después de hacerlo y evite tocarse la cara, en especial la boca, la nariz y los ojos. Esa es la manera en que el virus entra al cuerpo.

Sabemos que la propagación ocurre mediante dichas gotículas, pero por lo general no se propaga mediante las gotículas aerosolizadas en el ambiente, en especial si no se entra en contacto cercano con alguien. Por eso existe la directriz de mantenerse a una distancia de al menos seis pies de las personas, como parte del distanciamiento social. Sabemos que si mantiene esa distancia, incluso si alguien se encuentra enfermo y Ud. no lo sabe, las posibilidades de que esas gotículas le lleguen son muy reducidas. Puede resultar una distancia incómoda para mantenerse de las personas, pero es la mejor manera de mantenerse a salvo.

5. ¿Existen tratamientos para el COVID-19?

Por ahora, los principales tratamientos para el COVID-19 son los que generalmente son referidos como medidas asistenciales. No tenemos disponibles tratamientos antivirales para tratar esta infección de momento. Lo que estamos haciendo es buscar de ayudar a su propio cuerpo a combatir la infección. Esto puede implicar una variedad de medidas distintas, entre ellas el suministro de oxígeno suplementario o la prescripción de medicinas que pueden ayudar a reducir la inflamación.

Existen muchos investigadores que están trabajando para desarrollar tratamientos directos para terapias antivirales contra el COVID-19 y algunos de ellos se encuentran en prueba en estos momentos.

Tampoco contamos con una vacuna contra el COVID-19 por ahora. Una vacuna es en definitiva la mejor manera de prevenir la propagación del virus. También hay muchos investigadores que trabajan en su desarrollo.

- El COVID-19 y el Cáncer Pulmonar

1. ¿Existen preocupaciones especiales para las personas que tengan cáncer pulmonar?

Sí existen preocupaciones especiales para los pacientes con cáncer pulmonar. El cáncer pulmonar se encuentra en la lista de condiciones que colocan a las personas en mayor riesgo de complicaciones ante el COVID-19.

Sabemos que el cáncer pulmonar a menudo puede venir acompañado por condiciones pulmonares subyacentes, tales como EPOC, enfisema u otras condiciones que también pueden aumentar el riesgo de la infección con COVID-19. Por otra parte los tratamientos que se aplican a los pacientes para el cáncer pulmonar algunas veces pueden suprimir su sistema inmunológico

y exponerlos a mayores riesgos. No creo que ello signifique que debemos entrar en pánico y no significa que todo el que tenga cáncer pulmonar y que contraiga esta enfermedad se enfermará de gravedad. Sin embargo, sí es indicativo de que los pacientes con cáncer pulmonar deben tener cuidados especiales para intentar mantenerse sanos y, si no se sienten bien, busquen atención médica o se comuniquen con sus profesionales de salud para determinar en qué forma deben actuar exactamente.

2. ¿Cuán inmunodeprimido se encuentra con las terapias dirigidas y terapias inmunológicas?
Esta es una pregunta bastante difícil de responder en sentido amplio ya que ello requiere agrupar a tipos de tratamiento que son bastante distintos, incluso algunos que caen en la misma categoría de terapias dirigidas o inmunoterapias, así como la agrupación de muchos tipos de pacientes distintos. El enfoque debe ser uno en el que, si se encuentra sometido a algún tipo de tratamiento para el cáncer pulmonar, sea quimioterapia, terapia dirigida o inmunoterapia, se mantenga vigilante de los síntomas y tenga un umbral bastante bajo para contactar a su equipo médico para hablar con ellos, ya que estos tratamientos pueden tener impactos distintos sobre las personas.

Es cierto que, en general, las terapias dirigidas y las inmunoterapias son menos inmunosupresoras que la quimioterapia. Ahora bien, no toda la quimioterapia es muy inmunosupresora; puede variar. Con algunas terapias dirigidas, los pacientes pueden tener mayor inmunosupresión que con otras. Incluso con inmunoterapia, aún no sabemos exactamente cuál pudiera ser la interacción entre las inmunoterapias y una infección viral como esta. Es difícil emitir una declaración amplia en este sentido. Para todos los pacientes, saber a qué tratamiento están sometidos y mantenerse en contacto cercano con sus médicos constituyen la mejor manera de mantenerse sanos y estar alerta ante cualesquiera problemas que pudieran presentarse.

3. Si he sido expuesto al COVID-19, ¿voy a desarrollar una infección?
No necesariamente. COVID-19 no es uniforme en su transmisión. Evidentemente, estar expuesto a alguien que tiene el COVID-19 es uno de los mayores factores de riesgo de resultar infectados que conocemos. Sin embargo, eso no significa que todo aquel que se vea expuesto a alguien con el COVID-19 resultará infectado. Tampoco significa que todos los que resulten infectados padecerán una enfermedad grave o manifestarán síntomas severos, o siquiera que resulten sintomáticos.

Si Ud. ha sido expuesto a alguien que tenga COVID-19 y Ud. resulta infectado, los síntomas por lo general se desarrollarán entre dos a 14 días. Si Ud. sabe que ha sido expuesto a alguien con COVID-19, en especial si Ud. es paciente de cáncer pulmonar, vale la pena realizar una llamada a su médico para hablarle acerca de las pruebas que deba hacerse. Una vez más, esto dependerá en gran parte del tratamiento al que Ud. se encuentre sometido, su estado inmunológico y cuáles otras condiciones presente. Si Ud. sabe que ha sido expuesto, hable con su equipo y determinen cuáles son los mejores pasos a tomar.

4. ¿Debo continuar recibiendo mi tratamiento durante estos tiempos?
No existe una respuesta única para toda la comunidad del cáncer pulmonar, salvo decir que esto es increíblemente importante hablarlo con sus médicos. La respuesta a esta pregunta dependerá de muchos factores. ¿Qué tipo de tratamiento está recibiendo? ¿Cómo le estaba resultando el tratamiento? ¿Es un tipo de tratamiento que puede posponerse durante un

tiempo sin riesgo, o no? ¿Cuáles serían los riesgos en caso de posponerlo? Existen muchos tipos de consideraciones que contemplar en la toma de decisiones acerca de los riesgos-beneficios de continuar o no con su tratamiento, y estas son preguntas cuya realización es de enorme importancia. Puede haber algunos pacientes que se encuentran estables con un tratamiento en el que han permanecido durante un largo tiempo que pudieran decidir con sus médicos que de hecho es más seguro que se salten una o dos dosis y no ir a la clínica durante ese tiempo.

Para otros pacientes, puede parecer que el riesgo de saltar dosis y no ir a la clínica es mayor al riesgo de ir a la clínica o hacerse dichos tratamientos. Nuevamente, esto realmente dependerá de la situación específica en la que Ud. se encuentre, pero es muy importante hablar con sus médicos. Puede haber situaciones en las que su médico diga, "¿Sabes? En realidad pienso que deberíamos posponer el tratamiento." Esto a veces puede resultar aterrador cuando se ha seguido un cronograma y se considera que es algo que realmente le ha mantenido bien durante todo este tiempo. Su médico le ayudará a tomar una decisión en cuanto a si efectivamente pueda resultar mejor posponer su tratamiento. En muchos casos, podrá hacerlo durante algún tiempo sin efectos adversos materiales en cuanto a su cáncer.

5. ¿Qué debo hacer si presento síntomas que pudieran ser de COVID-19?

La mejor recomendación es llamar a su médico y discutirlo con él. No debe entrar en pánico. Una vez más, con el COVID-19, los síntomas puede ir de leves a más serios. Muchos pacientes pueden permanecer en casa con buenas medidas asistenciales.

6. ¿Qué debo hacer si debo asistir a una cita o visitar el Centro para Cáncer Mass General?

Lo que hemos estado diciendo a nuestros pacientes es que si tienen síntomas que parecen ser mayores a su línea de base normal, llamen por adelantado y hablen con el equipo antes de ir, e infórmeles que están presentando esos síntomas. Ellos le realizarán una serie de preguntas acerca de sus síntomas y posibles exposiciones. Ellos decidirán con Ud. si debe ir y, en caso de hacerlo, si debe ir a la clínica normal o a un lugar especial para pruebas. Tenga por seguro que estamos aquí para mantenerle a salvo y para hacer lo mejor para Ud., pero queremos tener la mayor información posible de antemano para realizar la debida planificación.

De hecho, algunas clínicas están realizando lo que llamamos evaluaciones previas. Llamamos a los pacientes antes de sus citas programadas para averiguar y asegurarse de que no tienen síntomas, con la exclusiva finalidad de mantener sanos y salvos a otros pacientes, médicos y a todos en general.

• Consejos Prácticos

1. ¿Debo viajar?

Esta es una pregunta cuya respuesta ha ido evolucionando muy rápidamente. En este momento diría, "Hoy, 16 de marzo, pienso que todo viaje, distinto de los viajes excesivamente importantes para los que no exista alternativa, debe evitarse." No vale la pena arriesgarse; todos debemos estar intentando quedarnos en casa y no salir.

Si podremos o no celebrar graduaciones y otros eventos familiares dentro de unos pocos meses aún está por verse; posiblemente estemos ante una situación distinta para ese entonces. Por ahora, este no es momento para reuniones familiares. Intente realizarlas de manera virtual, de ser posible.

2. ¿Qué debo hacer si he estado expuesto a alguien que tiene el COVID-19 pero no presento síntomas?

Para los pacientes que tengan cáncer pulmonar que hayan sido expuestos a alguien con COVID-19, se amerita una llamada telefónica solo para tocar base con sus médicos y hablar con ellos. Lo más seguro es que le digan que se mantenga pendiente de los síntomas, permanezca en casa y se vigile a sí mismo. Es crucial que se auto-aísle en esa situación. Si ha sido expuesto, debe permanecer en casa y minimizar su contacto con otros.

Si presenta síntomas, si no se siente bien, si tiene fiebre, tos o disnea, entonces debe hablar con su médico porque el umbral en el que hacemos pruebas a las personas y en el que sencillamente los vigilamos varía dependiendo de la situación. Estas son decisiones que Ud. debe tomar con sus médicos. Así que hable con sus médicos y permanezca en casa. Por lo general, la recomendación es que permanezca en cuarentena durante 14 días después de exponerse; ese es generalmente el plazo durante el cual se manifestarían los síntomas, en caso que fuera a tenerlos.

3. ¿Cómo puedo protegerme del COVID-19?

Existe un número importante de cosas claves que podemos hacer. Estas son importantes no sólo para pacientes con cáncer pulmonar o proveedores de cuidados, sino para todos los que estén alrededor de nosotros. Estas son cosas básicas, de sentido común. Lavarse las manos todo el tiempo y lavarse bien, incluyendo entre los dedos y bajo las uñas. Esto es especialmente importante si ha estado en lugares públicos o si ha tocado cosas que son de contacto frecuente. Al igual que los niños lo han aprendido en la escuela, cante cumpleaños feliz dos veces durante al menos 20 segundos para que su lavado sea efectivo. Puede utilizar jabón o, de tener disponible, gel antibacterial tipo Purell.

Si está utilizando jabón, asegúrese de utilizar un buen jabón y agua y de hacerlo con frecuencia y siempre antes de comer. No se toque la cara, no se toque la nariz, no se toque los ojos y no se toque la boca. ¡Esto es muy difícil de evitar! Pero, les repito, no tocarse en ningún lado de la cara es una muy buena manera de prevenir que cualquier cosa que tenga en las manos entre a sus mucosas.

Aléjese de las personas que estén enfermas o que presenten síntomas. Para todos nosotros, en este momento, es mejor evitar a las demás personas en la medida de lo posible.

Sin lugar a dudas, todos debemos evitar lugares congestionados para minimizar la posible exposición a COVID-19. Este no es momento de salir a comer. Si necesita salir — algunas veces tenemos que salir a una cita médica, al supermercado o a la farmacia,— eso está bien, pero intente permanecer a seis pies de distancia de los demás. El distanciamiento social es importante. En ese sentido, intente planificar con anticipación y compre los víveres suficientes para no tener que regresar múltiples veces. Planifique con antelación y compre medicamentos de manera que no tenga que estar yendo y regresando a la farmacia.

Para los pacientes con cáncer pulmonar o proveedores de cuidados, está bien decir a las personas que pregunten si pueden pasar a darles una vuelta algo así: "Gracias pero sería mejor que no vinieran ahora. Por ahora estoy intentando practicar el distanciamiento social, ya que soy alguien con un poco mayor riesgo de COVID-19. Lo que quiero realmente es mantenerme

sano." Creo que la buena noticia es que tenemos teléfonos, FaceTime, Zoom y toda una variedad de métodos alternativos para mantenernos en contacto.

4. ¿Llevar mascarilla reduce el riesgo de que resulte infectado?
Por ahora, no creo que nadie que se encuentre asintomático, pacientes de cáncer pulmonar u otros, deba llevar mascarillas. De hecho, los CDC no lo recomiendan. Las mascarillas brindan un apoyo psicológico, pero en realidad, métodos como el lavado de manos, mantener la distancia, no estrechar manos y no abrazar a otros son mucho más efectivos.

5. ¿Cómo puede la gente alrededor mío prevenir la propagación de COVID-19?
La gente debe evitar salir. Todos los que deban salir a lugares públicos e interactuar con otras personas deben estar revisándose y asegurándose de no tener síntomas. Alguien con síntomas evidentemente sí debe llevar mascarilla. La gente no debe estornudar o toser en sus manos, sino en sus codos. Si ellos estornudan o tosen en sus manos, deben lavarse las manos inmediatamente después. Estornudar y toser deben realizarse lejos de otras personas. No se deben estrechar manos, abrazarse ni tener contacto físico: saludar con la mano a unos pies de distancia es perfectamente suficiente. Una vez más, lo principal es que si alguien presenta síntomas, deben llevar mascarilla y evitar a los demás.