



RECOMENDACIONES COVID-19 EN PACIENTES PORTADORES DE VIH

¿Qué es el Covid-19?

Es una enfermedad infecciosa causada por un virus respiratorio de la familia de coronavirus. Se trata de una nueva cepa, identificada por primera vez en Wuhan-China, en diciembre de 2019, propagándose rápidamente a nivel mundial, siendo declarada una Pandemia por la Organización Mundial de la Salud (OMS)

Se transmite por contacto de persona a persona, a través de pequeñas gotitas, capaces de abarcar distancias hasta aprox. 1,5 metros de distancia o a través de contacto directo con superficies contaminadas por estas gotitas, al tocar estas superficies y llevarse las manos a la boca, ojos o nariz

Es un virus altamente contagioso y significativamente agresivo, por lo que las medidas de prevención y mitigación son esenciales para el control de la transmisión.

¿El ser portador del virus de VIH, aumenta el riesgo de adquirir o presentar enfermedad grave por Covid-19?

Ninguna patología aumentaría por sí misma el riesgo de contagiarse del virus, ya que ésta se transmite por gotitas, al igual que cualquier virus respiratorio, y cualquier individuo es susceptible de adquirirlo (sin diferencia de edad, sexo, nacionalidad, estado de salud, etc.)

No se ha observado hasta ahora mayor diferencia en el pronóstico y evolución en personas que viven con VIH, pero sí asociado con condiciones o comorbilidades que podrían ser más frecuentes en este grupo de población.

Por ejemplo

Enfermedades crónicas: Como patología cardiovascular o pulmonar crónica (diabetes, hipertensión, obesidad, dislipidemia, enfermedad pulmonar crónica, cáncer, etc.)

Inmunosupresión: Dada por la misma patología en aquellas personas con recuentos bajos de CD4 (< 200 cel/ml o <14%) o personas sin tratamiento antirretroviral. Uso terapia

inmunosupresora, como corticoides en altas dosis, terapias biológicas o quimioterapia

Edad avanzada: Se observa mayor riesgo de enfermedad grave en personas de >60 a 70 años

¿Qué debo hacer para disminuir el riesgo de contagio de Covid-19 para mí y para otros?

Las medidas de prevención son las mismas que debe adoptar toda la población



Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón.



Al toser o estornudar cubra boca y nariz con pañuelo desechable o con el antebrazo.



Evite tocar o acercarse a personas con infecciones respiratorias.

1.- Distancia social

Manténgase a distancia $\geq 1,5\text{mt}$ de otras personas
Aplique esto en el trabajo, vía pública, o en casa si es necesario
Acostúmbrase a saludar a distancia o eventualmente con el codo. Evite besos, abrazos o saludos de mano

2.- Higiene frecuente de manos

Lave sus manos con agua y jabón o en su defecto con alcohol gel siempre después del contacto con personas o superficies en lugares públicos.
Asegure la limpieza de manos antes de tocarse la cara

3.- Medidas de higiene respiratoria

Cubra su boca o nariz con el codo o con pañuelos desechables en caso de tos, estornudos o al sonarse. Posteriormente lávese las manos

4.- Disminuir la circulación al máximo posible

Evite cualquier aglomeración de personas, incluyendo vacunatorios o servicios de urgencia, cuando no sea estrictamente necesario.
Evite contacto cercano con cualquier persona que presente síntomas respiratorios
Evite viajes o desplazamientos innecesarios

¿Qué debo hacer para, en caso de contagio con Covid 19, disminuir el riesgo de complicaciones?

- Asegurar suministro de medicamentos de uso crónico (Receta vigente por al menos 30 días. No espere hasta último momento para solicitarla)
- Mantener vacunas actualizadas:
- Vacuna Influenza 2020 (1 dosis).
- Vacuna antipneumocócica
- No suspenda sus medicamentos de uso crónico sin consultar previamente a su tratante. Seguir consejos populares, sin fundamento científico que lo respalde, podría aumentar el riesgo de mayores complicaciones.
-

- Establecer una red de apoyo en caso de presentar síntomas, requerir aislamiento o cuarentena y tener un plan claro en caso de requerir atención médica u hospitalización

Por otro lado, es igualmente importante que:

- El cambio de terapia antirretroviral a Lopinavir/ritonavir no está indicado en pacientes con VIH a causa del Covid-19, ya que no hay evidencia alguna de que considerar este cambio tenga efecto en prevenir la infección o mayor gravedad por Covid-19, y por otro lado podría asociarse a mayores efectos adversos y falla en la terapia antirretroviral

¿Qué hago en casos de síntomas respiratorios?

Los síntomas más frecuentes de Covid-19 son fiebre, tos seca, fatiga, cefalea, entre otros. En ocasiones podría haber incluso síntomas gastrointestinales al inicio (diarrea). En caso de cuadro leve y bien tolerado, y en presencia de saturación en servicios de urgencia, procure quedarse en casa, para manejo ambulatorio de los síntomas

Puede utilizar cualquier antiinflamatorio para dolor o fiebre, siempre y cuando no tenga antecedente de alergias o falla renal. Utilizarlo sólo en caso necesario, con la dosis mínima suficiente y el menor tiempo posible.

Recuerde no utilizar ergotamínicos (Cefalmín, Migratán, Migranol) en caso de dolor de cabeza

Consulte en un servicio de urgencias en caso de síntomas respiratorios más:

- Dolor al pecho
- Sensación de ahogo (disnea), falta de aire
- Fiebre persistente (mayor a 3 a 5 días)
- Principalmente si no se encuentra en tratamiento antirretroviral, tiene CD4 bajos o presenta alguna comorbilidad que aumente el riesgo
-

Quédese en casa, cuídese y cuídenos