

Recomendaciones para los profesionales de salud para prevención y tratamiento de COVID-19 en el consultorio

A continuación se mencionan una serie de recomendaciones generales y algunas particulares para algunas especialidades.

1. Recomendaciones generales

En respuesta al aumento de casos con COVID-19, diferentes agrupaciones médicas en el mundo han emitido recomendaciones de prevención y tratamiento.

En general las medidas preventivas básicas incluyen:

- Evitar lugares concurridos
- Lavarse frecuentemente las manos (al menos 20 segundos con agua y jabón)
- Evitar tocarse ojos, nariz y boca
- Promover distanciamiento social (mínimo 1,5 metros)
- Etiqueta respiratoria: cubrirse nariz y boca con el pliego interno del codo y con un pañuelo desechable al estornudar o toser (lavarse las manos después)
- Ventilar los ambientes
- Aconsejar a los pacientes no automedicarse y no subestimar ninguna manifestación clínica
- Informar datos clínicos de la enfermedad: fiebre (>38 °C), dolor de cabeza, astenia, mialgias, dolor de garganta, escurrimiento nasal y tos seca

En el consultorio se recomienda:

- Evitar consultas innecesarias en el marco de la situación actual, salvo patologías agudas que requieran atención, el resto diferirlas para luego del cese de la cuarentena, como es el caso de controles y chequeos de rutina
- Otorgar turnos por teléfono, si en el momento de solicitarlo refiere que tiene fiebre, tos, dolor de garganta, viajes a otros países, etc, indicar que debe llamar por teléfono al 148 o al número de referencia de cada localidad para la atención de pacientes con posible enfermedad por Coronavirus
- Espaciar los turnos, cada 20 ó 30 minutos, evitar aglomeraciones en la sala de espera
- Informar a los pacientes que deben acudir solos a la consulta (sin acompañante y sin niños)
- En la sala de espera ubicar las sillas para que tengan una distancia mínima de 1,5 metros con otra persona. Colocar alcohol en gel accesible para los pacientes
- No saludarse con contacto físico
- Además de las recomendaciones de higiene generales (entre cada paciente: lavado de manos con agua y jabón, y uso de gel hidroalcohólico), entre cada paciente desinfectar el consultorio y equipo auxiliar diagnóstico no desechable utilizado

- En el caso de que el paciente refiera síntomas respiratorios compatibles con infección por COVID19 colocarle en forma inmediata un barbijo

2. Recomendaciones de diferentes especialidades.

Cardiología, Diabetes y endocrinología, Ginecología y obstetricia, Infectología, Oncología, Pediatría, Psiquiatría, Recursos oficiales.

A) Cardiología

Organismos con recomendaciones: American College of Cardiology, European Society of Cardiology, American Society of Echocardiography, Federación Argentina de Cardiología, Fundación Española del Corazón, Sociedad Española de Cardiología, Sociedad Española de Cardiología Pediátrica, Sociedad Interamericana de Cardiología

Recomendaciones para la realización de estudios de imagen cardiaca durante el brote de coronavirus COVID-19

Desarrolladas por la Asociación de Imagen Cardíaca de la Sociedad Española de Cardiología

- En pacientes con COVID-19 la realización de ecocardiografía transtorácica / estrés/tomografía computarizada cardíaca/resonancia magnética cardíaca conlleva riesgo intermedio
- En pacientes con COVID-19 la realización de ecocardiografía transesofágica conlleva riesgo alto de aerosoles
- Solo deben realizarse estudios de imagen en caso de indicación urgente o preferente. En otras situaciones se deben diferir
- El equipo utilizado, la sonda y los cables del electrocardiógrafo deben ser limpiados con detergente desinfectante con actividad viricida
- Las medidas de protección del personal para todos los pacientes con COVID-19 o en caso de ecografía transesofágica incluyen: lavado de manos con solución hidroalcohólica, guantes de nitrilo largos o guantes estériles, mascarilla FFP2, gafas de protección y bata impermeable

Gestión de las salas de procedimientos invasivos cardiológicos durante el brote de coronavirus COVID-19

Desarrolladas por la Asociación de Cardiología Intervencionista y la Asociación del Ritmo Cardíaco de la Sociedad Española de Cardiología

- Antes de la entrada a la sala todos los pacientes deben usar mascarilla quirúrgica, se les debe interrogar por síntomas respiratorios, fiebre o contactos cercanos. Debe haber una máxima coordinación para evitar la espera preprocedimiento y posprocedimiento
- En caso de paciente con confirmación o sospecha de COVID-19 se debe de minimizar el personal en la sala, considerar los procedimientos que impliquen la manipulación de la vía aérea o esofágica de muy alto riesgo. Se mantendrán las puertas cerradas en todo momento y se deberán preparar los fármacos antes de la entrada del paciente a la sala. Evitar salir con equipamiento contaminado, contar con todo el material necesario
- Finalizado el procedimiento se debe desinfectar las gafas, desechar todo el material utilizado en el contenedor de residuo sanitario grupo III, considerar

- cambiar pijama, trasladar al paciente a la habitación con las medidas necesarias para evitar contagio
- El uso de fármacos antitrombóticos y antiplaquetarios debe de considerarse según el caso

Pacientes pediátricos con cardiopatías significativas y COVID-19

Desarrolladas por la Sociedad Española de Cardiología Pediátrica y Cardiopatías Congénitas

- Aumentar la vigilancia, especialmente en cardiopatías hemodinámicamente significativas, congénitas y otras, incluyendo cardiopatías cianóticas y no cianóticas, las que asocian hipertensión pulmonar, posoperatorias de cirugía cardíaca o intervencionismo cardíaco reciente (6 meses), cardiopatías asociadas a síndromes o alteraciones genéticas, corazón univentricular, y trasplante cardíaco o paciente en espera de trasplante
- Continuar tratamiento con captopril, enalapril, losartán, y otros inhibidores de la enzima convertidora de angiotensina y antagonistas de los receptores de angiotensina 2; consultar al médico antes de tomar cualquier decisión
- No está recomendado el uso de mascarilla de forma generalizada, salvo que así lo indiquen los profesionales sanitarios
- Contactar telefónicamente a su centro de salud. Si el paciente desarrolla síntomas de gravedad deben acudir a urgencias, protegiendo al paciente durante el trayecto con las medidas higiénicas sanitarias establecidas

B) Diabetes y endocrinología

Organismos con recomendaciones: American Association of Clinical Endocrinologist, American Diabetes Association, Federación Internacional de Diabetes, Federación Mexicana de Diabetes, Fundación para la Diabetes, Sociedad Española de Diabetes.

Recomendaciones para sus pacientes

- Es importante que las personas con diabetes mantengan el mejor control metabólico posible, para estar preparados ante un posible episodio infeccioso. Un mal control de la diabetes vuelve al paciente más vulnerable al contagio
- Beber suficiente agua, ya que cualquier infección aumentará los niveles de glucosa y la necesidad de líquidos
- Asegurarse de resolver correctamente y a tiempo una hiperglucemia o hipoglucemia, en esta última, considerar la compra de jugos, miel, mermelada, azúcar de mesa y caramelos macizos para resolverla
- Asegurarse de renovar y surtir las recetas lo antes posible. Abastecerse de insulina, fármacos orales, tiras, lancetas, jeringas y alcohol para al menos dos meses de tratamiento, en caso de permanecer en aislamiento. A los pacientes con diabetes de tipo 1 se les recomienda tener tiras para la medición de cuerpos cetónicos
- Comprar pilas para el medidor de glucosa en caso de que deban permanecer en aislamiento
- Recomendar a los pacientes prestar mayor atención a su control de glucosa. En caso de presentar síntomas, aumentar su monitoreo

- Los pacientes deben asegurarse de tener todos los datos de contacto relevantes a la mano en caso de que los necesiten (clínica, médico tratante, número de seguridad social, teléfonos de familiares, vecinos y/o amigos)
- Si el paciente vive solo debe asegurarse de que haya alguien a quien llamar en caso de que requiera asistencia si se contagia
- Mantener un plan de actividad física diaria

C) Ginecología y obstetricia

Organismos con recomendaciones: American College of Obstetricians and Gynecologists, Federación Colombiana de Obstetricia y Ginecología, Federación Mexicana de Colegios de Obstetricia y Ginecología, International Society of Ultrasound in Obstetrics and Gynecology, Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia, Sociedad Mexicana de Urología Ginecológica

- Durante el periodo epidémico de COVID-19, hacer una historia detallada sobre viajes recientes, ocupación, contactos, grupos y manifestaciones clínicas de todas las mujeres embarazadas que acuden a atención de rutina
- Establecer salas de aislamiento de presión negativa para el parto y la atención neonatal
- El manejo de las mujeres embarazadas infectadas con COVID-19 debe ser realizado por un equipo multidisciplinario (obstetras, virólogos, microbiólogos, neonatólogos, especialistas en enfermedades infecciosas)
- Después de una ecografía de una paciente embarazada con sospecha, infección probable o confirmada con COVID-19, las superficies de los transductores deben limpiarse y desinfectarse de acuerdo con las especificaciones del fabricante, teniendo en cuenta el "tiempo húmedo" recomendado para limpiar los transductores y otras superficies con agentes desinfectantes
- En el tratamiento de la embarazada con COVID-19 se deben aplicar, al igual que el resto de la población: medidas de aislamiento precoz; control de la infección; toma de muestras para el diagnóstico de COVID-19 y otros virus respiratorios; oxigenoterapia si es necesario; evitar la sobrecarga de fluidos; antibioticoterapia empírica si se sospecha coinfección bacteriana; monitorización de la dinámica uterina y el bienestar fetal; ventilación mecánica precoz en caso de deterioro de la función respiratoria; individualizar el momento más adecuado del parto
- Las imágenes de tórax, especialmente la tomografía computarizada, deben incluirse en el estudio de las mujeres embarazadas con sospecha, infección probable o confirmada de COVID-19
- Para las mujeres que desean amamantar, se deben tomar precauciones para limitar la propagación viral al bebé: lavarse las manos antes de tocar al bebé, el extractor de leche o los biberones; usar una mascarilla para amamantar el bebé; seguir las recomendaciones para la limpieza de la bomba después de cada uso; considerar la posibilidad de que personal sano alimente el recién nacido con leche extraída

D) Infectología

Organismos con recomendaciones: Infectious Diseases Society of America, Sociedad Argentina de Infectología, Sociedad Chilena de Infectología, Sociedad Española de Urgencias de Pediatría

- Se recomienda crear un sistema de pretriaje para establecer dos flujos de pacientes: aquellos con fiebre y/o síntomas de infección respiratoria (pacientes con posible COVID-19), y el resto de los pacientes. También es recomendable que el pretriaje se realice en instalaciones situadas fuera del edificio del hospital
- Se recomienda que los dos flujos de pacientes no compartan espacio físico y sean atendidos por equipos sanitarios distintos. Los pacientes con posible COVID-19 y sus acompañantes deben portar mascarilla
- Se recomienda un solo acompañante por paciente
- Se recomienda tener dos puestos de triaje; uno para cada flujo de pacientes, así como dos salas de espera. El personal que realice el pretriaje o el triaje debe estar protegido por mascarilla y guantes
- Se recomienda tener dos áreas distintas para la evaluación y tratamiento para cada flujo de pacientes, así como salas de radiología separadas
- El personal sanitario que atienda a los pacientes con posible COVID-19 debe portar los equipos de protección individual recomendados. Es esencial conocer el orden y modo correcto tanto de colocación como de retirada de cada uno de sus componentes
- Teniendo en cuenta las dificultades que existen para realizar una separación perfecta del flujo de ambos tipos de pacientes, se recomienda que se extremen las medidas de protección básicas para la evaluación de todos los pacientes
- Ante la dificultad para establecer flujos diferenciados para los pacientes graves que precisen estabilización se recomienda que el personal sanitario que los atienda porte sistemáticamente equipos de protección individual
- El uso de mascarilla respiratoria solo se deberá utilizar si se tienen síntomas o si va a estar en contacto con personas enfermas
- Se recomienda que los pacientes con virus de inmunodeficiencia humana contacten a su médico en caso de que tengan dudas sobre su situación inmunológica actual y sobre su terapia, con la finalidad de tener claros los antecedentes en caso de ser diagnosticado de COVID-19
- Sugerir al paciente con virus de inmunodeficiencia humana contar con terapia para al menos un mes ante la posibilidad de restricciones para traslado o dificultad de acceso. No suspender el tratamiento aunque tengan el diagnóstico de COVID-19
- En pacientes con virus de inmunodeficiencia humana se recomienda administrar vacunación contra influenza y contra neumococo (vacuna conjugada y 8 semanas después la vacuna polisacárida) en caso de contar con CD4 mayor a 200 células/ul

E) Oncología

Organismos con recomendaciones: American Cancer Society, American Society of Clinical Oncology, Asociación Argentina de Oncología Clínica, Sociedad Española de Oncología Médica, Sociedad Mexicana de Oncología

- Los pacientes con cáncer constituyen una población vulnerable con mayor riesgo de padecer complicaciones por COVID-19
- En general se recomienda seguir los protocolos de distancia, higiene y aislamiento establecidos por las autoridades sanitarias, y recibir la vacuna antigripal y el esquema secuencial contra el neumococo
- La inmunosupresión asociada a algunos tratamientos como la quimioterapia puede contribuir a una mayor susceptibilidad y riesgo de complicaciones graves
- Para los pacientes en remisión profunda que reciben terapia de mantenimiento, suspender la quimioterapia puede ser una opción
- Algunos pacientes pueden cambiar la quimioterapia intravenosa a terapias orales, lo que disminuiría la frecuencia de las visitas a la clínica, pero requeriría una mayor vigilancia por parte del equipo de atención médica para asegurarse de que los pacientes estén tomando sus medicamentos correctamente
- Las decisiones sobre la modificación o la suspensión de la quimioterapia deben incluir la consideración de la indicación para la quimioterapia y los objetivos de la atención, así como la ubicación del paciente en el curso del tratamiento y su tolerancia al tratamiento. Por ejemplo, la evaluación de riesgo / beneficio para continuar con la quimioterapia en pacientes con cáncer de pulmón de células pequeñas extenso no tratado es diferente de la de los pacientes en mantenimiento con pemetrexed para cáncer de pulmón de células no pequeñas metastásico
- Si la transmisión local afecta a un centro oncológico en particular, las opciones razonables pueden incluir dar un descanso de quimioterapia durante dos semanas, organizar la infusión en una unidad satélite no afectada o coordinar el tratamiento con otra instalación que no esté afectada
- Considere si la infusión en el hogar de medicamentos de quimioterapia es médica y logísticamente factible para el paciente, el equipo médico y los cuidadores
- En algunos entornos, los retrasos o la modificación del tratamiento adyuvante pueden presentar un mayor riesgo de control de la enfermedad comprometido y supervivencia a largo plazo que en otros
- Los factores de crecimiento profilácticos que se usarían en los regímenes de quimioterapia de alto riesgo, así como los antibióticos profilácticos, pueden ser de valor potencial para mantener la salud general del paciente y hacerlos menos vulnerables a posibles complicaciones de COVID-19.
- En los casos en que el beneficio absoluto de la quimioterapia adyuvante puede ser bastante pequeño, y donde hay opciones no inmunosupresoras disponibles (por ejemplo, terapia hormonal en ER + cáncer de mama en estadio temprano), el riesgo de infección con COVID-19 puede

considerarse como un factor adicional en sopesar las diferentes opciones disponibles para el paciente

F) Pediatría

Organismos con recomendaciones: American Academy of Pediatrics, Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria

- Poca información de infección por SARS-CoV-2 en niños
- Los niños, sobre todo los de menor edad, presentan determinadas características que dificultan el control de las infecciones y que pueden facilitar el contagio
- En las salas de espera pediátricas no habrá materiales como juguetes, libros u otros utensilios que los niños puedan compartir y en los que no se pueda garantizar que se cumplen las normas de limpieza e higiene de material recomendadas
- Se puede prepararse para manejar casos sospechosos en la población de pacientes de la misma manera que se prepara para otros brotes de infección respiratoria, como influenza o virus sincitial respiratorio (VSR)
- Mantenga a los niños fuera del sistema de atención médica si no es necesario
- Use telemedicina y otros cuidados no directos, cuando corresponda
- Revise las medidas de control de infecciones, que incluyen pedirles a los pacientes con síntomas que avisen con anticipación para que puedan evaluarse de manera aislada de otros pacientes
- Utilice alertas visuales para informar al personal sobre los síntomas al momento del registro y recordatorios sobre la higiene respiratoria y la etiqueta de la tos
- Colaborar con los hospitales y los sistemas de salud en la respuesta local y prepararse para los casos
- Consulte con los departamentos de salud locales y estatales para obtener información sobre respuestas locales y estatales específicas
- Para recomendaciones sobre cómo hablar con niños y sus familiares sobre la pandemia de coronavirus ver sección de psiquiatría

G) Psiquiatría

Organismos con recomendaciones: American Psychiatric Association, Sociedad de Psiquiatría Infantil de la Asociación Española de Pediatría

Recomendaciones para niños y sus familiares sobre la pandemia de coronavirus

Desarrolladas por la Sociedad de Psiquiatría Infantil de la Asociación Española de Pediatría

- Tener paciencia; los adultos son un ejemplo para los niños, por lo que es importante mostrarles apoyo y cariño incondicional
- Mostrar sentimientos y miedos, validarlos y expresarlos
- Obtener información de fuentes fiables. Para los niños es importante filtrarla y adaptarla a su edad

- Tener una exposición prudente hacia las noticias, dependiendo de la edad de la persona. Ver las noticias como máximo una vez al día, y evitar alimentar rumores
- Tratar de evitar los gestos de discriminación o rechazo hacia otras personas afectadas y en cuarentena
- Las rutinas y el orden son necesarios y dan seguridad, especialmente a los niños
- Buscar formas alternativas de comunicación y unión con los seres queridos, como llamadas, en especial mediante videoconferencias, cartas, correos electrónicos, dibujos o manualidades dedicadas a ellos
- Evitar el catastrofismo, y la tentación de buscar asociaciones apocalípticas

Mantener el bienestar de los profesionales de la salud durante el brote de coronavirus y otras enfermedades infecciosas

Desarrollada por la American Psychiatric Association

- Cumplir con las necesidades básicas
- Tomar descansos
- Estar en contacto con colegas
- Entablar comunicaciones efectivas
- Estar en contacto con la familia
- Respetar las diferencias
- Estar actualizados con fuentes de información confiables
- Limitar la exposición a noticias e imágenes angustiantes
- Realizar autoevaluaciones
- Honrar el servicio. Recordar que se está cuidando a los más necesitados. Reconocer a los colegas, ya sea formal o informalmente, por sus servicios

Recursos oficiales por país

Sitios web de las autoridades en salud cuentan con información actualizada, normativas (específicas por país) e información para los pacientes, a continuación los enlaces directos:

- Organización Mundial de la Salud (OMS) <https://www.who.int/es>
- Centro Europeo para la Prevención y el Control de las Enfermedades (ECDC) <https://www.ecdc.europa.eu/en>
- Centers for Disease Control and Prevention Coronavirus (EEUU) <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/index.html>
- Ministerio de Salud de la Nación (Argentina) http://www.msal.gob.ar/index.php?option=com_bes_contenidos