



Manejo Terapéutico en Tiempos de Pandemia

En los últimos años se ha dado mucha importancia a las condiciones

cardiometabólicas, tanto mediante educación a la población de alto riesgo, como a la comunidad médica. Estas condiciones están asociadas a un aumento en el riesgo de complicaciones, disminución en la expectativa de vida e incluso, en la calidad de vida. El desarrollo de las enfermedades cardiometabólicas tiende a ser silencioso y no es hasta que se encuentran en una etapa avanzada que se comienzan a presentar síntomas. Por lo tanto, es de vital importancia identificarlas a tiempo para poder tener un tratamiento adecuado.

Dentro de estas condiciones cardiometabólicas se encuentran la diabetes mellitus, la hipertensión, enfermedad cardiovascular y la dislipidemia, entre otras. De acuerdo con el Behavioral Risk Factor Surveillance System (BRFSS) y el Centro para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) la prevalencia de diabetes mellitus en PR alcanzó un 15.5% para el 2018, siendo el territorio estadounidense con la prevalencia más alta. Más preocupante aún, la prevalencia de diabetes va aumentando según la edad de tal forma que después de los 65 años esta alcanza un 34.9%. De igual forma, la prevalencia de hipertensión en nuestra población es de un 44.7% reportada en el 2017. Por tal razón es de suma importancia entender la relación entre la enfermedad cardiometabólica y el COVID-19.

Estudios realizados desde que comenzó la pandemia de COVID-19, inicialmente en la región de Wuhan, China, han revelado que los pacientes con condiciones cardiometabólicas son más susceptibles a desarrollar complicaciones asociadas a la infección con el virus. Los estudios indican que un 40% de los pacientes que han requerido hospitalización por la infección con COVID-19 tienen alguna forma de enfermedad cardiometabólica. Otro estudio que incluyó una población grande de pacientes confirmados para la infección con el virus demostró que el 22.7% de los pacientes que murieron tenían enfermedad cardiovascular preexistente. Por lo tanto, es importante que las personas que tienen alguna forma de enfermedad cardiometabólica tomen precauciones adicionales y más estrictas que el resto de la población. Es muy importante mantener un buen control de estas condiciones frente a esta pandemia.

Se recomienda que todas las personas con condiciones crónicas de salud continúen tomando los medicamentos prescritos por su médico. Esto incluye los antihipertensivos inhibidores de la enzima convertasa de angiotensina (ECA) y los antagonistas del receptor de angiotensina 2. Recientemente hubo información que apuntaba a que podía haber un aumento en el riesgo de contagio con el virus de COVID-19 al utilizar estos medicamentos. No obstante, no hay ninguna evidencia clara que establezca esta relación. Considerando los riesgos y los beneficios que se obtienen con dichos tratamientos, las sociedades médicas dedicadas al estudio de enfermedades cardiometabólicas a través del mundo, incluyendo la Sociedad Puertorriqueña de Endocrinología y Diabetología, recomiendan que estos se continúen utilizando como fueron indicados. Es importante además asegurarse de tener un suplido de medicamentos de al menos 1 a 3 meses. Por otro lado, debemos tener las vacunas al día, principalmente la vacuna de influenza y de pulmonía, ya que existe la posibilidad de contagiarse con dos agentes infecciosos al mismo tiempo, lo que agravaría sustancialmente el cuadro clínico. Debemos evitar lo mas posible utilizar suplementos, hierbas o medicamentos no prescritos sin evaluación médica, principalmente aquellos que contribuyen a mantener la presión arterial alta como, por ejemplo, los antiinflamatorios no esteroideos (ibuprofen, naproxen). Se debe limitar, además, el consumo de café y alcohol. Una dieta balanceada rica en frutas y vegetales además del ejercicio son importantes para mantener las condiciones metabólicas bien controladas además de un sistema inmunológico mas fuerte. Aunque en tiempos de aislamiento social puede ser más difícil lograr mantenerse activos físicamente, hay alternativas que podemos considerar como, por ejemplo, caminar, jugar en el patio con los niños, limpiar el hogar y hasta ver videos de ejercicios en YouTube.

Las personas con diabetes deben tener un plan de emergencia que incluye: una lista que especifique el tipo de diabetes que padece, todos los medicamentos que utiliza y la información de contacto de los proveedores de salud; los resultados de laboratorios más recientes y un kit para manejo de hipoglucemia y fuentes de carbohidratos como jugo, tabletas de glucosa o gel para tratar los eventos de azúcar baja. Deben tener dos medidores de azúcar con baterías y suministro de alimentos no perecederos para al menos 2 días.

Con relación a los padecimientos de tiroides, debemos saber que no se ha observado un aumento en el riesgo de contagio o complicaciones por el virus de COVID-19 en estas personas. Sin embargo, si los medicamentos para la tiroides no se toman según lo prescrito, la enfermedad tiroidea no controlada puede aumentar el riesgo de infección viral y complicaciones de una persona. Además, los medicamentos inmunosupresores, los esteroides en dosis altas y ciertos otros tratamientos pueden aumentar el riesgo de infecciones y complicaciones de una persona. Las personas que reciben este tipo de tratamientos deben hablar con su proveedor de atención médica para preguntarles sobre su riesgo específico.

Finalmente, además de las medidas de distanciamiento social establecidas, las cuales han demostrado ser efectivas en disminuir la propagación del coronavirus, es extremadamente importante mantener un buen control de las condiciones crónicas que se padezcan para así poder disminuir aun mas el riesgo de contagio y de complicaciones asociadas al virus.

La autora es especialista en endocrinología y lipidología clínica y es directora del programa de entrenamiento de Endocrinología, Diabetes y Metabolismo del Hospital Municipal de San Juan.

Author
michellemangual