

La seguridad del paciente es más importante que nunca a medida que los estados comienzan a reabrirse: ACTUALIZACIÓN DE COVID-19

21 de mayo de 2020

Como las ciudades de América comienzan a reabrir, ¿cómo deberían reaccionar los pacientes con mieloma? Esta semana, dos de las principales revistas médicas del mundo, The Lancet y The New England Journal of Medicine, ofrecieron su evaluación de la respuesta a la pandemia de EE. UU. Desafortunadamente, la boleta de calificaciones de los Estados Unidos no es buena en comparación con países como Taiwán, Corea del Sur, Alemania y Nueva Zelanda, donde las pruebas y el seguimiento se iniciaron temprano y controlaron la propagación de infecciones en la comunidad.

La conclusión es que los pacientes con mieloma en los EE. UU. Son, en gran parte, responsables de su propia seguridad al reingresar a la vida comunitaria y, con suerte, regresar a la clínica de mieloma, al consultorio del médico o al hospital, si es necesario.

¿Cuáles son algunos puntos clave para guiar la toma de decisiones en las próximas semanas?

Considera el estado en tu comunidad

La infección por COVID-19 todavía está muy extendida en comunidades de todo Estados Unidos. Como se enfatizó en un reciente editorial de Los Angeles Times, las personas con mayor riesgo de amenaza de COVID-19 son más comunes de lo que piensas. Estos grupos de mayor riesgo incluyen personas de color, personas con diabetes, obesidad, hipertensión y enfermedad pulmonar o renal crónica, por mencionar algunas. Esto cubre aproximadamente la mitad de los estadounidenses.

Evita el contacto con personas infectadas con COVID-19

Comencemos con las buenas noticias. Las infecciones por COVID-19 en pacientes con mieloma han estado ocurriendo a tasas mucho más bajas de lo esperado para individuos con sistemas inmunes comprometidos. Parece que un factor importante para mantenerlos seguros ha sido la protección que todos los pacientes con mieloma han aprendido.

En general, las infecciones se han adquirido en la comunidad, NO después de visitas a una clínica u hospital. Excepto durante las oleadas masivas de infección, cuando los sistemas se descomponen, los pacientes vulnerables están muy protegidos y rara vez, si es que alguna vez, desarrollan infección en el entorno hospitalario.

Esta es la buena noticia sobre los esfuerzos para volver a lo nuevo normal (o anormal). Con estas protecciones vigentes, se espera que en junio o julio los médicos de mieloma puedan reabrir sus consultorios para el tratamiento y / o ampliar los procedimientos, como ASCT (y la recolección de células madre) y otros tratamientos más intensivos, así como ensayos clínicos. Algunos centros ya están comenzando estas actividades.

Cómo evitar la infección en el entorno comunitario

Dado que es probable que las infecciones no ocurran durante las visitas al médico, ¿cuáles son las situaciones que conllevan el mayor riesgo para los pacientes con mieloma?

Grandes eventos de cualquier tipo

Un estudio reciente publicado por la Academia Nacional de Ciencias, junto con una serie de otros informes, indican que la propagación de aerosoles cargados de virus puede transmitir rápidamente la infección por COVID-19 en entornos de grupos grandes. Estos se denominan "eventos de súper esparcadoras" y han sido la fuente de la mayoría de los brotes regionales más importantes de COVID-19 en todo, desde celebraciones de Mardi Gras hasta una gran reunión corporativa de biotecnología, iglesias y clubes nocturnos en Corea del Sur, un carnaval en Alemania, una estación de esquí en Austria, y

la lista continúa. No se sabe si las personas que son súper esparcadoras tienen una carga de virus mucho mayor o simplemente una enfermedad más agresiva. Algunos científicos piensan que solo prohibir las reuniones masivas puede ser suficiente para mantener bajo control la pandemia de COVID-19.

Por lo tanto, los pacientes con mieloma especialmente deben evitar grandes eventos de cualquier tipo donde individuos desconocidos puedan transmitir la infección. Esto será difícil debido al deseo acumulado de regresar a eventos deportivos, conciertos y similares, pero puede reducir el exceso de enfermedades y muertes al tiempo que preserva un gran componente de la economía. Por ejemplo, los investigadores de la Universidad de Columbia estiman que si los Estados Unidos hubieran comenzado a imponer medidas de distanciamiento social una semana antes que en marzo, aproximadamente 36,000 personas menos habrían muerto en el brote de coronavirus.

Desde el punto de vista de la salud pública, los grandes eventos son un riesgo grave. Si una persona que es una súper esparcadora se encuentra en un grupo pequeño, se puede detectar y contener la propagación temprana, como se ha logrado con éxito en varios países, como Alemania. Como resultado, se evita la propagación a la comunidad en general. Será genial si esto puede ocurrir en Estados Unidos.

Viajes de transporte público

Se requieren muchos cambios innovadores, como el uso de luz UV para esterilizar vagones de tren vacíos, para que los trenes, vagones de metro, aviones y otras formas de transporte público sean seguros. ¡Qatar Airways ahora exige que la tripulación a bordo use trajes de materiales peligrosos! Pero por ahora, los pacientes con mieloma deben continuar evitando cualquier tipo de tránsito masivo.

Actividades para modificar y mantenerse Seguro

Algunas actividades conllevan riesgos, pero no podemos evitarlas por completo. La buena higiene, las máscaras y el distanciamiento físico deben continuar:

- **Compras de supermercados:** La FDA ofrece pautas para mantenerse seguro mientras compra alimentos durante el brote de COVID-19. Aunque ha

habido riesgos bien documentados para los empleados de súpermercados, ha habido muy pocos casos de propagación a los clientes, y ciertamente no de los alimentos directamente.

- **Restaurantes:** Todavía es mejor evitarlo, aunque hay algunas opciones más seguras con patios exteriores, plexiglás y similares. Tenga en cuenta: ha habido una propagación importante proveniente de restaurantes y bares.
- **Salones de belleza:** Se están abriendo en algunos estados. Al igual que el transporte público, se están explorando soluciones creativas aquí, incluida la reducción del número de clientes, el espaciado de las citas e incluso los recortes en el parque. Necesitamos monitorear este desarrollo.
- **Visitas con nietos:** Este es un asunto muy importante para muchos pacientes con mieloma. El New York Times publicó una guía de visitas en un artículo titulado "¿Cuándo puedo ver a mis nietos?" El autor sugiere considerar el número de contactos que cada familia ha tenido en las semanas anteriores al determinar si es seguro visitarlo.

Comunidades vulnerables

Muchas comunidades no solo son vulnerables debido a problemas de salud, sino también debido a factores socioeconómicos que hacen que sea imposible distanciarse físicamente o acceder a los alimentos, evitar el tránsito masivo o los entornos comunitarios. Así como debe haber un compromiso social para NO infectar a otros (usando máscaras y tomando precauciones razonables), es importante ayudar a otros a superar esto de manera segura también. Estamos juntos en esto.

La nación india Navajo está siendo devastada por la pandemia COVID-19. El autoaislamiento no es posible para las familias que viven en una habitación individual sin electricidad ni agua. Los miembros tribales van a sitios comunales para recoger agua y otras actividades. Los afroamericanos se han visto afectados negativamente en todo el país en números desproporcionados. En Louisiana, el Mardi Gras no solo funcionó como un evento superdifusor, sino que las comunidades simplemente no pudieron hacer frente a medida que más y más personas en riesgo se infectaron.

• Las buenas noticias

- El distanciamiento físico, las máscaras, el lavado de manos cuidadoso y frecuente, y todos los detalles que hemos enfatizado, funcionan para protegernos de la infección por este virus COVID-19. Pero tenga cuidado al aventurarse nuevamente en nuestras actividades del viejo mundo. Sería genial si viviéramos en Nueva Zelanda, y el reingreso a la comunidad era mucho menos un desafío y un riesgo. Pero a menos que te estés escondiendo en una isla en algún lugar (como algunos lo están), debemos tener mucho cuidado como continuamos viviendo en este nuevo anormal.
- Hay noticias prometedoras, aunque muy tempranas, sobre el frente de la vacuna. Algunos de los más de 100 esfuerzos presentaron buena seguridad y algún beneficio de eficacia en las pruebas preliminares de esta semana. Esperemos que uno o más ganen el premio gordo y proporcionen eficacia y protección con un excelente perfil de seguridad.
- He mencionado los cambios en los alimentos preferidos que los supermercados informan mientras sus clientes están encerrados. Estamos comiendo alimentos más procesados y "reconfortantes". Según los informes, otro elemento que se está volviendo popular (no mi favorito personal) son los cócteles enlatados, que hacen que la mezcla sea un proceso de un solo paso. Pero, de nuevo, ¡tal vez prefieras quedarte con el jugo de naranja! Hasta que las cosas se vuelvan más seguras, manténgate lo más protegido posible.