



Recomendaciones de la Sociedad Española de Enfermería Oncológica SEEO sobre la infección por Coronavirus SARS-CoV-2 causante de la enfermedad COVID-19

20 marzo 2020

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha declarado pandemia la infección por Coronavirus SARS-CoV-2 causante de la enfermedad COVID-19 y la Sociedad Española de Enfermería Oncológica quiere hacer pública una serie de recomendaciones y consideraciones tanto para los pacientes con cáncer como para los profesionales sanitarios implicados en el cuidado y la administración de tratamientos oncológicos.

Los síntomas son ampliamente conocidos y difundidos y son los que en toda la población hemos de tener especial vigilancia: incluyen fiebre, tos, y sensación de falta de aire. Se han descrito casos donde puede haber, además, síntomas digestivos (diarrea y dolor abdominal). Los casos más graves que requieren atención hospitalaria pueden cursar con neumonía, y por ello los pacientes con patología pulmonar son más vulnerables en esta situación. Aunque se han descrito casos en cualquier edad, los pacientes de edad avanzada, característica que define a muchos de nuestros pacientes oncológicos, son más propensos a padecer de manera grave la infección por coronavirus.

Estas recomendaciones son de carácter general y no sustituyen las dadas por las enfermeras de su hospital y otros profesionales, como su oncólogo médico, hematólogo, u oncólogo radioterapeuta.

El COVID-19 es una infección relativamente nueva de la que no existen demasiados datos sobre su comportamiento en personas con cáncer, sí es evidente que los distintos tipos de tratamientos oncológicos pueden dar lugar a una inmunosupresión e, incluso, el propio cáncer, afectar al correcto funcionamiento del sistema inmune en muchas ocasiones. Por esta razón, es indispensable que pacientes y familiares estén informados sobre recomendaciones específicas para evitar el contagio del coronavirus o cómo actuar en caso de tener síntomas.

Recomendaciones para pacientes Oncológicos en tratamiento activo

Los tratamientos de quimioterapia pueden debilitar su sistema inmunitario y aumentar su riesgo de presentar cualquier infección, incluso por el SARS-CoV-2, el virus que causa la COVID-19. Durante la quimioterapia, hay momentos en su ciclo de tratamiento en los que aumenta el riesgo de infección porque las defensas pueden encontrarse debilitadas; en estos pacientes, el virus podría multiplicarse más eficazmente y provocar formas de la enfermedad más severas.

Debemos ser cuidadosos y seguir una serie de precauciones que, en realidad, no difieren mucho de las que debe tomar la población general:

1. La medida más importante, por obvia que parezca, es lavarse las manos con frecuencia, al llegar a casa si hemos salido por necesidad, de ir al baño, estornudar, toser o sonarse la nariz, y antes de comer o beber nada. Los coronavirus tienen una cubierta de lípidos (de grasa, para entendernos), que es eliminada por los jabones. Sin esta cubierta, el virus queda inestabilizado y se destruye. Atención que **lavarse las manos no es porque el virus nos infecte a través de la piel, sino porque las manos son nuestra manera de interactuar con el entorno**. Es cuando nos las acercamos a ojos, nariz y boca cuando el virus puede entrar en nuestro organismo. Por esta razón, es fundamental poner especial atención a no tocarnos la cara para evitar contagiarnos accidentalmente.
2. No compartir utensilios, como cubiertos, vasos, servilletas, etc. sin limpiarlos debidamente. Una limpieza regular de las superficies de la casa contribuye a evitar contagios.
3. Evitar salir de casa, las situaciones sociales y las aglomeraciones, para minimizar el riesgo de contagios.
4. Es importante evitar el contacto cercano con personas con infecciones respiratorias, para evitar posibles contagios.
5. Las **mascarillas** no están indicadas para protegerse de las enfermedades respiratorias, no obstante, y sin embargo, los **pacientes inmunodeprimidos han de llevarla para protección y seguridad**. Deben usarse, en todo caso, por personas que ya muestran síntomas, para evitar propagar, y especialmente por profesionales de la salud y personas que cuidan a personas enfermas. Han de usarse con las manos limpias, intentando no tocarlas por dentro, y con las recomendaciones de los profesionales del servicio de oncología.
6. Si eres un paciente oncológico y tienes síntomas como fiebre, tos, dolor de cabeza y dificultad respiratoria, contacta con tu enfermera de referencia especialista, oncólogo médico, hematólogo o con tu enfermera de Atención Primaria, o bien al teléfono de referencia de tu Comunidad Autónoma, preferiblemente por vía telefónica. Indica tus síntomas, describe tu enfermedad y detalla los tratamientos que estás siguiendo. Ellos tomarán las medidas necesarias que se ajusten a tu situación.

Debemos hacer especial mención a los pacientes con cáncer de pulmón, quienes son más vulnerables a la infección por coronavirus. Estas recomendaciones han de extremarse en su caso, así como en todos los pacientes oncológicos con cualquier patología respiratoria previa (asma, EPOC, etc.).

La Sociedad Española de Inmunología hace una serie de recomendaciones acerca del estrés que puede afectar al sistema inmune, y recomienda dormir entre 7 y 8 horas, hacer algún tipo de ejercicio físico (aun siendo en casa y de baja intensidad es posible moverse, estirar brazos y piernas, hacer inspiraciones y espiraciones profundas, etc.), mantener una dieta equilibrada, recordando que los suplementos alimenticios no ha demostrado eficacia en el aumento de lo que llamamos comúnmente “defensas”.

La Asociación Española Contra el Cáncer (AECC), ha elaborado una guía que responde a las dudas recibidas a través de sus canales online, telefónico y de sus delegaciones en toda España con el fin de hacerlas extensibles a toda la ciudadanía. Se puede consultar:

<https://blog.aecc.es/consejos-coronavirus-pacientes-cancer/>

Recomendaciones para pacientes Oncológicos Pediátricos

Los niños con enfermedades crónicas o con mayor riesgo de desarrollar enfermedad grave pueden requerir algunas medidas especiales. Como en el caso de los adultos oncológicos, ante la aparición de síntomas de infección por SARS-CoV2, deben contactar sin dilación con su pediatra o su oncólogo para realizar examen exhaustivo. Él le indicará cómo actuar en cada caso tras valorar su situación y tratamiento actual.

Los niños son una población que se comporta de manera diferente frente al COVID-19. Ellos pueden pasar la infección totalmente asintomáticos, pero no por ello dejan de ser transmisores de esta. Su forma de jugar, con contacto estrecho, el número de veces que se llevan objetos a la boca o la frecuencia con la que se pueden tocar la cara, les hace más vulnerables al contagio. Es por esto por lo que los pacientes oncológicos pediátricos tienen un riesgo añadido al jugar y convivir con otros niños sanos (en la actual situación de confinamiento en casa, estos serán fundamentalmente sus hermanos).

Para evitar posibles contagios, parece razonable evitar contacto estrecho con otros niños que puedan haber tenido contacto con personas infectadas por el virus durante el período de cuarentena de los mismos. Sin embargo, aislar al paciente del resto de su familia en un confinamiento en su habitación, sin contacto con sus hermanos, tiene también sus implicaciones psicoemocionales. No existe una recomendación específica al respecto y en cada caso se valorará la situación actual del paciente (su nivel de inmunidad y su tolerancia psicológica al aislamiento).

En cualquier caso, se recomienda enseñar al niño a hacerse un correcto lavado de manos y animarle a que lo haga con frecuencia. Podría ser útil la utilización de mascarilla durante el juego

compartido. Los juguetes, sean de uso compartido o individual, deben ser lavados/desinfectados también con frecuencia. Aquellos que sean lavables, pueden sumergirse en una solución de clorhexidina jabonosa, donde deben permanecer no menos de 30 minutos, y luego ser enjuagados y secados cuidadosamente (por ejemplo, con secador, para evitar la humedad en zonas de difícil acceso y con ella una infección por hongos). Otra opción, si resisten bien el calor, es lavarlos en el lavavajillas (en una carga específica sólo para juguetes), donde son sometidos a elevadas temperaturas. Aquellos juguetes que tienen componentes electrónicos y no se pueden sumergir, pueden limpiarse con una bayeta y la misma solución de clorhexidina jabonosa; recuerde enjuagarlos también tras esta limpieza, ya que los niños pueden llevarse estos juguetes a la boca e ingerir parte de esta solución de clorhexidina. Por último, los peluches pueden higienizarse en la lavadora con un programa de 60° de temperatura.

Otros objetos de papel o cartón, como los libros y fichas de trabajo escolar, son más difíciles de desinfectar sin estropearlos. Se recomienda en este caso que dispongan de material escolar y libros de lectura no compartido con sus hermanos. Igualmente, deben limpiarse con frecuencia aquellos objetos de uso común que se tocan constantemente: mandos a distancia, teléfonos, teclados de ordenador, llaves de luz, picaportes, pasamanos, etc.

Los traslados al hospital para recibir su tratamiento serán los imprescindibles, resolviendo por teléfono con el equipo que le atiende habitualmente todas aquellas consultas que sea posible. En caso de acudir al hospital, debe acudir protegido con mascarilla y evitar tocar cualquier objeto de las zonas comunes (barandillas, botonaduras de ascensores, picaportes, llaves de luz, teléfonos, etc.). Realizará con frecuencia higiene de manos, ya sea con agua y jabón o con solución hidroalcohólica. Permanecerá en el hospital el tiempo imprescindible.

Recomendaciones para familiares, cuidadores principales y acompañantes

Recomendamos a los familiares y acompañantes que, a la menor sospecha de los síntomas mencionados, mantengan una prudente distancia y guarden todas aquellas recomendaciones que hemos comentado anteriormente y que deben extremarse en estos casos. La insistencia en el confinamiento de la población cobra en estos casos especial relevancia para los familiares y las personas cercanas al paciente con cáncer, especialmente si está en tratamiento activo y tiene posibilidades de estar inmunodeprimido.

Recomendaciones para enfermeras oncológicas y hospitales de día:

Las enfermeras oncológicas tienen un contacto directo con el paciente, tanto a la hora de administrar tratamientos como en el cualquier fase del manejo de ese paciente. La cercanía habitual que caracteriza el trato ha de supeditarse a las recomendaciones de distancia de seguridad y muy especialmente cuando hay alguna posibilidad de haber tenido contacto positivo y por lo tanto ser portador, incluso asintomático, de la enfermedad. Recomendamos el uso de mascarillas para evitar posibles contagios a pacientes, especialmente siendo portadores asintomáticos.

La Red Nacional del Cáncer en Estados Unidos *National Comprehensive Cancer Network*[®] ha publicado estos días (18 de marzo de 2020) una serie de recomendaciones que están accesibles a través del siguiente enlace y que sintetizamos y adaptamos a continuación:

https://jnccn.org/fileasset/jnccn1804-Ueda_20118_preprint.pdf

Los hospitales día podrían adaptar, si no disponen de ellos, consultas o espacios seguros donde se pueda realizar un triaje de cada uno de los pacientes y familiares antes de que puedan estar en las salas de espera en contacto con otros pacientes oncológicos. Sería aconsejable invitarlos a realizar higiene de manos previo a la entrada a la sala de espera además de realizar las preguntas oportunas en cuanto a su estado general y si presentan síntomas o no. Desde otra sala anexa realizar un triaje de aquellos pacientes con síntomas realizando analítica + PCR en sangre placa de tórax para valorar alteraciones radiológicas y detección por coronavirus. Ese día dependiendo de la clínica del paciente se realiza por parte del oncólogo la valoración, exploración y anamnesis del paciente y se valora alta a domicilio o ingreso si precisa. Al resultado del test se reevalúa reiniciar tratamiento. De esta manera mantenemos para nuestros pacientes los espacios de hospital de día lo más seguros posible.

En los Hospitales de Día y las salas de espera se recomienda que haya el menor número de acompañantes para el paciente (o ninguno, si esto es posible) para evitar el contacto social y guardar distancia de al menos un metro entre personas. El uso de mascarillas por parte de pacientes y acompañantes está recomendado.

Hay que reforzar la idea de que si estás enfermo debes quedarte en casa. Se recomienda encarecidamente el uso masivo de test rápidos que permitan poder clasificar la enfermedad incluso en pacientes y acompañantes asintomáticos.