

Recomendaciones para la prevención frente al coronavirus SARS-CoV-2 dirigidas a pacientes con esclerosis múltiple y otras enfermedades autoinmunes del sistema nervioso.

Introducción

La esclerosis múltiple y otras enfermedades de origen autoinmune que afectan al sistema nervioso central pueden conllevar una susceptibilidad especial al desarrollo de infecciones virales, en especial en aquellos pacientes que reciben tratamientos que debilitan el sistema inmunitario.

El coronavirus SARS-CoV-2 es un nuevo tipo de virus, probablemente transmitido desde animales al ser humano, que se detectó por primera vez a principios de diciembre de 2019 en el área de Wuhan, en China. Su alta infectividad, asociada a la facilidad de difusión en un mundo globalizado, ha hecho que su diseminación sea global.

El virus, como muchos otros, se transmite por vía aérea a través del contacto con secreciones portadoras del virus, como son microgotas de saliva que se emiten al hablar, toser o estornudar, pero también por contacto de la mano y después llevársela a la cara o las mucosas de ojos, nariz o boca (como por ejemplo después de estrechar la mano de una persona enferma o tocar una superficie contaminada). Dicho coronavirus ocasiona una infección respiratoria denominada COVID-19.

No disponemos actualmente de información sobre la virulencia de la enfermedad en enfermos de esclerosis múltiple u otras enfermedades de origen autoinmune del sistema nervioso. A esto se le suma de que cada paciente puede tener una condición propia que le exponga a mayor o menor riesgo (edad, grado de discapacidad, enfermedades concurrentes, estado de inmunosupresión por fármacos, etc.).

Existen ya una serie de recomendaciones para población general, dadas por el Ministerio de Sanidad y por la Conselleria de Sanitat:

<https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/ciudadania.htm>

<http://www.san.gva.es/coronavirus>

Existen guías más matizadas para pacientes con alteración de la inmunidad, hechas por la Sociedad Española de Inmunología junto con la Sociedad Española de Enfermedades Infecciosas y Microbiología Clínica.

<https://www.inmunologia.org/Upload/Documents/1/5/0/1500.pdf>

Todo lo anterior es aplicable a todos los pacientes con esclerosis múltiple u otras enfermedades autoinmunes del sistema nervioso, y se resume en:

- Evitar contacto con el virus
 - Correcta higiene con lavado de manos frecuente con agua y jabón o con solución hidroalcohólica (al menos 60-70% alcohol), en especial después del contacto directo con personas enfermas o su entorno, pero también después de ir al baño, antes de comer, después de sonarse la nariz, toser o estornudar
 - Evitar tocarse ojos, nariz y boca antes de lavarse las manos
 - Limpieza de superficies de casa/oficina regularmente
 - Evitar contacto cercano (al menos 2 metros de separación) con personas con síntomas de infección respiratoria (fiebre, tos, dolor de garganta, malestar general) y las aglomeraciones
 - Evitar compartir comida y utensilios (cubiertos, vasos, servilletas, pañuelos, etc.) y otros objetos sin limpiarlos debidamente
- Evitar la diseminación del virus si podemos estar infectados
 - Empleo de pañuelos desechables
 - Toser o estornudar sobre la cara interna del brazo y no sobre la mano
 - Quedarse en casa si se encuentra mal. Avisar al teléfono establecido por la Conselleria ante la sospecha de poder estar infectado (900 300 555)
 - Evitar viajar o acudir a reuniones, eventos, si se tiene fiebre o tos.
- Mantener una correcta hidratación y estado de salud
 - Trate de seguir una buena alimentación.
 - Evite el consumo de tabaco y alcohol.
- El uso de mascarillas no está, por lo general, justificado, en cuanto su uso debe reservarse para los infectados por el virus y para el personal sanitario.

En general, los pacientes ambulatorios, con mínimas limitaciones en sus actividades diarias tanto laborales como personales, deben seguir las recomendaciones generales

antes explicadas. Es posible que su neurólogo establezca medidas adicionales en función de su tratamiento o su situación individual.

En pacientes con discapacidad moderada, es decir, aquellos que presentan limitaciones para la deambulación, pero mantienen una autonomía plena de sus actividades diarias las medidas pueden ser variables: si se mantiene una actividad laboral, es recomendable facilitar el teletrabajo o establecer otras medidas de prevención de contacto (mascarillas); en caso de no trabajar, se recomienda permanecer en el domicilio, además de las medidas derivadas de sus tratamientos específicos o su situación individual.

En pacientes con discapacidad avanzada, es decir, aquellos con problemas graves para deambular de forma autónoma o que dependan de silla de ruedas, aquellos con problemas de disfagia y problemas respiratorios, la recomendación es permanecer en el domicilio el mayor tiempo posible y evitar contactos para evitar el contagio, además de las medidas que puedan establecerse derivadas de sus tratamientos específicos o su situación individual.