

Tabaco y COVID-19

¿Qué sabemos?

Datos y recomendaciones

En el marco de la situación actual en relación con la pandemia por la COVID-19 y cómo esta situación afecta a la práctica diaria de los centros sanitarios, queremos compartir, por una parte, algunos primeros datos sobre la relación entre la COVID-19 y el tabaquismo y, por otra parte, varios aspectos y recomendaciones en relación con las prácticas clínicas alrededor del tabaquismo.

Algunos datos...

Las personas que consumen tabaco, ¿tienen más riesgo de contagiarse de COVID-19?

En estos momentos se dispone de pocos estudios que hayan evaluado el riesgo de infección por SARS-CoV-2 de acuerdo con el consumo de tabaco y, los que hay, tienen importantes deficiencias metodológicas. **Se necesitan estudios longitudinales (cohortes)** en los que se registre cuidadosamente el estatus de consumo del tabaco de los infectados y no infectados y su patrón de consumo (es decir, qué producto/s consumen, el número de unidades por día, etc.). Con esta información será posible estudiar con garantías el riesgo de infección que presentan los consumidores de productos del tabaco versus los no consumidores.

Con el conocimiento disponible, es probable que las personas que consumen tabaco (incluyendo el consumo de cigarrillos, cigarrillos electrónicos, productos del tabaco calentado, pipas de agua, etc.) tengan más riesgo de infectarse del SARS-CoV-2. Consumir estos productos del tabaco implica acercar estos productos **a la boca repetidas veces al día**, lo que **incrementa la posibilidad de entrada del virus en el organismo**. Además, el uso de algunos productos del tabaco, como las pipas de agua, implica el **uso compartido** de filtros y mangueras, lo que **puede facilitar la transmisión de COVID-19** en ambientes comunitarios y sociales. En cualquier caso, se debe evitar el consumo de forma compartida de cualquier producto con tabaco (porros, cigarrillos, pipas de agua, etc.) y aconsejar siempre el abandono del consumo de tabaco.

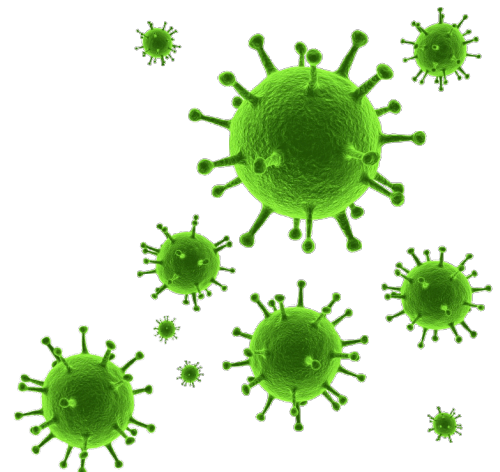
Así mismo, y de acuerdo con los estudios recientes realizados en laboratorios, las personas que consumen tabaco tienen una expresión de la enzima convertidora de la angiotensina 2 (ACE 2) más elevada en los tejidos del sistema respiratorio¹. El aumento de esta enzima, que se ha descrito como la vía de entrada del virus a las células, puede incrementar la probabilidad de infección. Consumir tabaco incrementa la posibilidad de infección por SARS-CoV-2 entre las personas que fuman ya que son más vulnerables, en general, a los agentes infecciosos.

Los consumidores de tabaco, ¿tienen mayor probabilidad de desarrollar de manera más grave la COVID-19?

El consumo de **tabaco está directamente relacionado con, al menos, 29 enfermedades** que afectan a casi todos los órganos del cuerpo. Además, las personas que fuman tienen **hasta tres veces más probabilidades de morir** que los no fumadores de edad similar y se ha descrito que los fumadores tienen **una esperanza de vida de 10 años menos**.

El consumo de tabaco aumenta tanto el riesgo de sufrir infecciones pulmonares como su gravedad, debido al daño que la combustión y/o el aerosol de estos productos causa en las vías aéreas superiores. El tabaco produce una **inflamación de las vías respiratorias** afectando tanto a la **función pulmonar como a la inmunológica**. Por este motivo, los efectos nocivos descritos provocan que las personas **consumidoras de tabaco sean más susceptibles de sufrir cualquier enfermedad infecciosa** que afecte a las vías respiratorias, como la COVID-19.

Las investigaciones indican que las **personas fumadoras tienen un mayor riesgo de desarrollar síntomas graves y de morir a causa de la COVID-19**. El metaanálisis de Patanavanich y Glantz² en la que se incluyen 19 estudios originales, muestra que las personas fumadoras diagnosticadas de COVID-19 tienen un riesgo 1,9 veces mayor de progresión hacia una enfermedad más grave, estado crítico o muerte.



¿Las personas que fuman y las usuarias de cigarrillos electrónicos pueden considerarse “pacientes de riesgo” en la actual pandemia de COVID-19?

El consumo de productos que contienen tabaco provoca un estrés oxidativo y destrucción de los tejidos pulmonares. Los alveolos, que realizan el intercambio de gases, se dañan en contacto con la combustión generada, por lo que los consumidores de tabaco, incluso las personas usuarias de cigarrillos electrónicos tienen disminuida su función pulmonar. Además, el consumo de tabaco reduce la capacidad del sistema inmunológico a la hora de combatir las infecciones respiratorias.

Estos aspectos, junto con el hecho de repetir el movimiento mano-boca de forma frecuente en el transcurso del día, producen un aumento de la probabilidad de que una persona fumadora se infecte por SARS-CoV-2. Este riesgo es aún mayor cuando se comparten productos del tabaco con otras personas, lo que está totalmente desaconsejado en estos momentos de pandemia, convirtiéndose en una conducta de alto riesgo.



Referencias

- 1 Brake SJ, Barnsley K, Lu W, et al. Smoking upregulates angiotensin-converting enzyme-2 receptor: a potential adhesion site for novel coronavirus SARS-CoV-2 (COVID-19). J Clin Med. 2020;9:841. doi:10.3390/jcm9030841
- 2 Patanavanich R, Glantz SA. Smoking is associated with COVID-19 progression: a meta-analysis. Nicotine Tob. Res. 2020. En prensa. <https://doi.org/10.1101/2020.04.13.20063669>

CONCLUSIONES

- Las personas fumadoras tienen más riesgo de infección por SARS-CoV-2, presentan complicaciones más graves y mayor riesgo de morir.
- Consumir tabaco es un riesgo evitable y, por tanto, todos los profesionales de la salud deberían recomendar a los/las usuarios/as de productos del tabaco y derivados (sean consumidores de tabaco convencional, de liar, de cigarrillos electrónicos, etc.) que lo dejen, además de dar el apoyo necesario para conseguir dejar de fumar (psicoconductual y farmacológico) o, al menos, dirigirlos a los servicios disponibles donde pueden encontrar ayuda experta (Atención Primaria, unidades especializadas, *quitlines*, etc.).
- Es necesario preguntar y registrar de forma precisa el consumo de tabaco en las personas atendidas por sospecha o diagnóstico de COVID-19.
- En el caso de personas que no quieran dejar de consumir tabaco, hay que recomendarles ciertas pautas de consumo, por ejemplo:
 1. Reducir el número de cigarrillos.
 2. Evitar consumir tabaco en lugares cerrados (casa, coche, etc.).
 3. Evitar consumir tabaco en lugares abiertos con presencia de otras personas a menos de 2 metros (tipo terrazas, parques, etc.) por dos motivos principales:
 - para evitar exponer a terceras personas al humo ambiental del tabaco y
 - para evitar contagiarse uno mismo o los otros, ya que al consumir tabaco en lugares abiertos se quita la mascarilla de protección y se inhala y exhala aire repetidamente en un entorno con alta densidad de personas.
- Hay que recomendar a todos los usuarios seguir las principales medidas higiénicas para combatir el SARS-CoV-2, tales como: lavado frecuente de manos, mantener la distancia de seguridad de al menos 2 metros y utilización de mascarillas de forma apropiada.

Cómo citar este documento

Tabaco y COVID-19. ¿Qué sabemos? Datos y recomendaciones. AccionsXarxa #5. Barcelona: Xarxa Catalana d'Hospitals sense Fum, Institut Català d'Oncologia; 2020. Disponible en ACCIONS: <https://www.xchsf.cat/activitats.php?id=107&lang=cat>

¿Es seguro hacer pruebas de cooximetría a los pacientes durante la pandemia del SARS-CoV-2?

Hay centros que han empezado a hacer visitas presenciales a personas que quieren dejar de fumar, siguiendo las nuevas directrices y medidas de protección sanitarias que los centros de salud han establecido. En este documento queremos aportar algunas recomendaciones en torno a la realización de las pruebas de cooximetría y espirometrías portátiles, ya que pueden conllevar riesgos de infección.

En la medida de lo posible, recomendamos evitar la realización de cooximetrías o espirometrías portátiles durante este periodo de pandemia de COVID-19.

Esta prueba no es imprescindible para el diagnóstico y el tratamiento del tabaquismo y más bien se utiliza como refuerzo positivo para conseguir la abstinencia. Por ello, se recomienda buscar otros tipos de refuerzo positivo que hagan aumentar la motivación del paciente en el cambio que está haciendo y que aumenten su autoestima y seguridad por el hecho de haber dejado de fumar.

En caso de que el clínico decida realizar una cooximetría, se detallan algunos consejos para hacerla con la máxima seguridad:

Previo a la prueba, los pacientes tienen que venir solos a la consulta, utilizar mascarilla y utilizar gel desinfectante al entrar y salir de la consulta. Mantenga la distancia de seguridad.

Al realizar la prueba:

1. Póngase guantes desechables y utilice mascarillas FFP2 o FFP3. Para la protección de los ojos puede utilizar gafas o pantalla facial.
2. Explique el procedimiento de la prueba al paciente y pídale que se ponga gel desinfectante en las manos. Sólo cuando el gel esté seco, le entrega el aparato y la boquilla que debe colocar el propio paciente.
3. El/La paciente debe soplar lo más alejado posible del/la profesional y de espaldas a él/ella, soplando hacia la pared.
4. Una vez haya terminado, es el/la propio/a paciente que extrae la boquilla y la tira a un cubo de basura concreto.
5. El paciente devuelve el aparato al profesional que, con una toallita desinfectante, limpia el aparato y posteriormente se quita los guantes adecuadamente y los tira.
6. El paciente se lava las manos con gel desinfectante.
7. Una vez el paciente sale de la consulta se limpian la mesa, sillas, mangos, etc. con una toallita desinfectante y el clínico se lava las manos con agua y jabón o, en su defecto, con gel desinfectante.



Imagen: pngimg

IMPORTANTE:

Filtros

Para poder hacer una cooximetría es necesario que se pueda añadir al aparato un filtro antivirus entre la boquilla de un solo uso y el aparato, que se deberá desechar en cada uso. Este accesorio, el filtro, debe ser el recomendado por el fabricante del aparato.

Lo óptimo es utilizar boquillas desechables que ya lleven incorporado este filtro internamente.

Si no dispone de estos filtros, no realice cooximetrías.

Limpieza

El aparato hay que limpiarlo con toallitas desinfectantes desechables sin alcohol. No lo limpie con productos con alcohol ya que sus vapores podrían afectar a los sensores internos del aparato.

No se debe esterilizar el aparato ni los accesorios, tales como las boquillas o los filtros. Use accesorios desechables.

¿Dónde pueden pedir ayuda a las personas que fuman durante la situación de alarma sanitaria?

Hay varios recursos disponibles donde las personas que consumen tabaco pueden dirigirse para recibir apoyo en el abandono del consumo en tiempos de COVID-19:

- Los profesionales sanitarios de los Centros de Atención Primaria pueden atender a los pacientes vía telefónica a fin de llevar un seguimiento del proceso de dejar de fumar y emitir recetas electrónicas, si se necesitan.
- En muchas comunidades autónomas existen teléfonos de asistencia sanitaria o quitlines que disponen de profesionales expertos en ayudar a dejar de fumar y que realizan asesoramiento personalizado a los pacientes interesados.