

RECOMENDACIONES PARA PACIENTES MAYORES CON CARDIOPATÍA

Sección de Cardiología Geriátrica de la Sociedad Española de Cardiología

La infección por COVID-19 es una enfermedad nueva y desconocida hasta diciembre de 2019. Esta infección afecta sobre todo a nivel respiratorio, aunque puede tener afectación a otros niveles como el cardiovascular. El grupo de edad de pacientes por encima de 60 años son más susceptibles a padecer formas graves de la infección, pero especialmente aquellos pacientes por encima de 80 años son especialmente vulnerables. Por ello es muy importante seguir de forma estricta las recomendaciones de confinamiento y las medidas de higiene que nos dan las autoridades sanitarias y la Organización Mundial de la Salud.

En el caso de nuestros pacientes mayores cardiopatas, os hacemos unas recomendaciones particulares y otras generales para el cuidado y prevención de la infección por COVID-19:

Recomendaciones generales:

1. No salir del domicilio a ser posible. El confinamiento es la forma más segura de prevenir contagios.
2. Lavarse las manos con agua y jabón durante 3-5 minutos.
3. Evitar el contacto cercano (al menos mantener 1 metro de distancia interpersonal). Hay que pensar que cualquier persona puede contagiar, porque existen muchos portadores asintomáticos.
4. Lavar y desinfectar las superficies sobre las que han tenido contacto varias personas (el alcohol de 70º, el peróxido de hidrógeno y el hipoclorito de sodio son buenos desinfectantes porque inactivan al virus).
5. Ante síntomas de alarma, debemos consultar con el médico (si hay síntomas de gravedad, llamar al 112 y a los teléfonos COVID de cada Comunidad Autónoma). Hay que tener en cuenta que en las personas mayores, los síntomas pueden ser atípicos.

Síntomas por los que debo preocuparme y consultar.

1. Fiebre, tos o sensación de falta de aire ("fatiga").
2. Dolor o presión en el pecho.
3. Síntomas gastrointestinales: náuseas, vómitos, diarrea, inapetencia alimentaria.
4. Malestar general, sensación de escalofríos, dolor muscular generalizado.
5. Pérdida del gusto o del olfato, dolor de cabeza

Recomendaciones sobre el seguimiento del paciente mayor con cardiopatía:

1. Es recomendable sustituir las visitas presenciales por visitas telefónicas o por videoconferencia.
2. Deben ser conscientes de que acudir al hospital actualmente, si el paciente está estable, es un riesgo: deben tener contacto médico telemático pero es imprescindible entender el porqué del confinamiento en estos meses de alerta sanitaria.
3. Deben conocer bien las medidas para evitar el contagio por COVID-19 y ser conscientes de la situación actual.
4. Comprobar si existen signos o síntomas de alarma que también podrían indicar una descompensación cardiológica: fatiga, falta de aire, dolor de pecho opresivo que aumenta en número de episodios, en intensidad del dolor o se hace de reposo; ganancia de peso y edematización periférica que acompaña a los síntomas previamente descritos, pérdida de conciencia o mareos frecuentes, etc.
5. Se debe asegurar que estos pacientes tengan medicación suficiente y recetas, y teléfonos a los que llamar en caso de dudas o sintomatología que no sepan distinguir si es importante para acudir al hospital.

