

# Automedicación y COVID-19



En la mayoría de los casos, la recomendación para los pacientes sospechosos o confirmados es que se mantengan en su casa puesto que la enfermedad es leve en aproximadamente un 80% de los casos. A la población en general, se le ha instruido a quedarse en casa y solamente consultar a los servicios de urgencias en caso de que la dificultad respiratoria sea importante o no resuelva la fiebre.

**¿Qué podemos hacer para manejar la enfermedad causada por el SARS-CoV-2 en casa?**

Las infecciones virales usualmente no tienen un tratamiento específico para resolverlas, sino que se manejan de forma sintomática: esto significa que se tratan las quejas del paciente sin necesariamente influir en la evolución normal de la enfermedad. Muchos de estos medicamentos se tienen usualmente en casa en los botiquines de primeros auxilios, o son fácilmente adquiridos en farmacias y supermercados.

La fiebre es el síntoma pivote en la búsqueda de los casos, asociada a la tos y dificultad para respirar. Para el manejo de la fiebre, se pueden utilizar antipiréticos de venta libre como acetaminofén o metamizol. Estos ayudan además con el manejo del malestar general y los dolores musculares que pueden asociarse a la fiebre.

En los casos que los antipiréticos no resuelvan la fiebre o el dolor, se pueden utilizar de forma complementaria antiinflamatorios no esteroideos (AINEs), como lo son ibuprofeno, naproxeno, diclofenaco, dexketoprofeno. Estos medicamentos tienen mayor potencia antiinflamatoria de forma que pueden tratar dolores más intensos.

Aunque existieron reportes iniciales del riesgo aumentado de complicaciones asociadas a COVID-19 con el uso de AINEs, el consenso de las asociaciones médicas más importantes indica que en general son seguros.

La tos es otro síntoma predominante en la presentación de los casos de COVID-19.



Utilizar supresores de la tos ayuda no solamente a disminuir la molestia causada por este reflejo, sino que además disminuye la propagación del virus al limitar la expulsión de este al aire. Los antitusivos y expectorantes de venta libre, como el dextrometorfano, pueden ayudar con el manejo de la tos. Algunos remedios caseros a base de miel, limón o jengibre también pueden ayudar a disminuir la irritación en la garganta y con esto disminuir la tos.



Aunque la congestión nasal es un síntoma poco frecuente en los pacientes infectados por SARS-CoV-2, el uso de antihistamínicos puede ser beneficioso en un sector de la población. Clorfenamina, difenhidramina, fexofenadina, cetirizina, rupatadina, son todas igualmente efectivas para el manejo de los síntomas, con diferencia en la tolerancia de las primeras por su propiedad de producir sueño.

Existen algunas terapias inmunoestimulantes que se han probado en enfermedades infecciosas virales de vías respiratorias, como el metisoprinol o el extracto de Pelargonium sidoides, con resultados positivos en el tiempo de recuperación y la modulación de los síntomas. Sin embargo, en el contexto de COVID-19 no hay estudios que respalden su uso ni seguridad. Es esperable observar un beneficio de acuerdo con el mecanismo de acción de estos medicamentos.



Mantener una adecuada hidratación es clave para el manejo en casa de las enfermedades virales. La fiebre puede aumentar la pérdida de agua y causar deshidratación. Se debe tomar suficiente agua para que la orina sea clara.

## ¿Qué pasa con la hidroxiclороquina y otras terapias que han sido anunciadas en los medios?

Los estudios que han respaldado el uso de medicamentos como la hidroxiclороquina fueron hechos en poblaciones pequeñas para determinar si existe algún beneficio según lo que se había mostrado efectivo in vitro; de esta forma se observó una mejoría en los pacientes sintomáticos con el uso de este medicamento en el tiempo para resolución de los síntomas. Aunque la ivermectina se probó efectiva in vitro, no hay estudios de su aplicación en humanos infectados.

Debemos recordar que la hidroxiclороquina presenta toxicidad principalmente a nivel del corazón lo que significa que no debería utilizarse sin antes descartar que no existan problemas de conducción en las vías del corazón. En los pacientes no infectados no se ha logrado observar un beneficio para disminuir la posibilidad de contagio, por lo que no debe utilizarse como profilaxis preexposición.

