

# COVID-19 y cáncer de pulmón



GLOBAL LUNG CANCER  
COALITION

## ¿Qué es la COVID-19 y cómo se contagia?

La COVID-19 es un virus que generalmente se contrae al inhalar pequeñas gotas transmitidas por una persona infectada. Esto puede suceder cuando se estornuda, se tose o se habla con alguien a una distancia estrecha. La infección también puede contraerse a partir de las pequeñas gotas que caen sobre la superficie de objetos, y que luego pueden transferirse de las manos a la nariz, la boca o los ojos.

## ¿Por qué la COVID-19 es una preocupación para los pacientes con cáncer de pulmón?

Algunas personas no presentan síntomas de COVID-19, mientras que otras tienen infecciones leves o más graves de las que se recuperan después de un par de semanas. La infección también tiene el potencial de causar más problemas de salud crónicos, como lesiones pulmonares y problemas crónicos del sistema inmunológico. Lamentablemente, la gente puede morir a causa de la COVID-19.

El riesgo que presenta la COVID-19 varía según los diferentes tipos de cáncer. Entre los pacientes con mayor riesgo se incluyen aquellos con un sistema inmunológico debilitado (por ejemplo, después de un tratamiento reciente contra el cáncer), las personas mayores, los pacientes con ciertos tipos de cáncer que afectan el sistema inmunológico y las personas con enfermedades subyacentes, como diabetes, enfermedades cardíacas y problemas respiratorios.

Desafortunadamente, el cáncer de pulmón debilita los pulmones, y esto significa que quienes lo padecen tienen un mayor riesgo de enfermarse gravemente si desarrollan COVID-19. Muchos pacientes con cáncer de pulmón tienen problemas respiratorios subyacentes, y esto también aumenta el riesgo de enfermarse gravemente. Los pacientes con cáncer de pulmón que se están sometiendo, o se han sometido recientemente, a un tratamiento de radioterapia se consideran de alto riesgo y deberán recibir asesoramiento de parte de su equipo médico.

## ¿Cómo puedo reducir el riesgo de infectarme?

Actualmente, todos los países del mundo tienen establecidos diferentes niveles de recomendaciones

para su población; sin embargo, existen algunas medidas clave que todos podemos adoptar para reducir el riesgo de contraer COVID-19. Dado que las pequeñas gotas son la principal vía de infección, aislarse de las personas que puedan tener la enfermedad es el método individual más poderoso para evitar el desarrollo de una infección. Otras de las precauciones que se pueden tomar son las siguientes:

- **Utilizar mascarilla**  
Seguir en todo momento los consejos oficiales más recientes relativos a las mascarillas.
- **Limitar el contacto con otras personas**  
Al estar en compañía de otras personas, mantener una distancia de 6 pies/2 m.
- **Lavarse las manos con regularidad o usar un desinfectante para manos que contenga alcohol.**
- **No tocarse la cara, la boca ni los ojos con las manos sucias.**
- **Al toser, cubrirse la boca con el codo o con un pañuelo**  
Arrojar el pañuelo en la cesta de residuos y lavarse las manos de inmediato.
- **Limpiar y desinfectar objetos y superficies que se tocan con frecuencia.**  
Seguir en todo momento los consejos oficiales más recientes relativos a las mascarillas.
- **No compartir objetos que entren en contacto con la boca, por ejemplo, botellas y tazas.**
- **No estrechar la mano.**
- **Asegurarse de que las personas con quienes se entra en contacto, sus amigos y sus familiares también estén siguiendo los consejos sobre distanciamiento social, uso de mascarilla e higiene.** De lo contrario, representan un posible riesgo de contagio.
- **Seguir las recomendaciones establecidas a nivel nacional relativas a la notificación inmediata de cualquier síntoma.**

# COVID-19 y cáncer de pulmón



GLOBAL LUNG CANCER  
COALITION

## Cómo mantener las manos limpias

### Agua y jabón

**Mójese** las manos con agua corriente limpia (caliente o fría) y colóquese jabón.

**Enjabónese** las manos y frótelas.

**Frote** toda la superficie de las manos, incluidas las palmas, el dorso, los dedos, el espacio entre los dedos y debajo de las uñas. Frótese las manos durante 20 segundos.

**Enjuáguese** con agua corriente limpia

**Séquese** las manos con una toalla limpia o al aire.

### Frotación de manos con alcohol

Si no dispone de agua y jabón, utilice un desinfectante para manos que contenga al menos un 60 % de alcohol, y lávese con agua y jabón tan pronto como pueda.

**NO** use desinfectante para manos si tiene las manos visiblemente sucias.

**Aplique el producto.** Use una cantidad suficiente del producto para cubrir toda la superficie de las manos.

**Frótese** las manos hasta sentir las secas. Esto debería tomarle unos 20 segundos.

**Nota:** no enjuague ni se quite el desinfectante para manos antes de que se seque, ya que podría no cumplir su función contra los gérmenes adecuadamente.

Supervise a los niños para evitar que ingieran el producto con alcohol.

**Si tiene o ha tenido cáncer de pulmón, es posible que deba tomar medidas adicionales para reducir sus probabilidades de contraer COVID-19. Entre estas medidas se incluyen las siguientes:**

- Evite estrictamente el contacto con personas que tengan síntomas de COVID-19, o que hayan estado cerca de alguien con COVID-19.
- Permanezca en su hogar tanto como sea posible, limite las interacciones sociales a pequeños grupos al aire libre y mantenga siempre un estricto distanciamiento social cuando entre en contacto con otras personas.
- Evite utilizar el transporte público siempre que sea posible.

- En lugar de reunirse personalmente con otras personas, mantenga un contacto periódico a través de tecnología remota como el teléfono, la internet y las redes sociales.
- Utilice los servicios telefónicos o en línea para comunicarse con su equipo médico u otros servicios esenciales.
- Solicite a alguna persona que conozca que se encargue de conseguir los medicamentos recetados que necesite, y cualquier otro medicamento de venta libre.
- Manténgase físicamente activo y trate de respirar aire fresco con regularidad.

# COVID-19 y cáncer de pulmón



GLOBAL LUNG CANCER  
COALITION

- Lleve una dieta bien balanceada y, de ser posible, solicite que le lleven la comida a su domicilio.
- Haga un plan conjunto con familiares, amigos y vecinos para coordinar el apoyo que necesita en este momento, o en el caso de que esté enfermo.

## ¿Qué debo hacer si tengo síntomas?

Los síntomas incluyen fiebre (temperatura elevada por encima de 38 °C/100,4 °F), tos, dificultad para respirar, pérdida del sentido del olfato o el gusto o cambios en el olfato y el gusto.

Aíslese y comuníquese con su equipo médico para que le asesoren:

- Si está recibiendo tratamiento, o lo ha terminado en los últimos 6 meses, póngase en contacto con la unidad oncológica de inmediato. Cualquier infección puede ser grave si su sistema inmunológico está deprimido. El equipo del hospital evaluará si sus síntomas pueden estar relacionados con el cáncer o con la COVID-19.
- Si está esperando recibir tratamiento, o si se ha recuperado del cáncer, comuníquese con su médico o con el equipo del hospital para que le asesoren.

## ¿Podré recibir mi tratamiento?

Deberá continuar con su tratamiento y seguir tomando sus medicamentos, a menos que el médico le indique lo contrario. Los hospitales están trabajando para seguir administrando los tratamientos de los pacientes con cáncer y brindarles la mejor atención posible.

Puede que el riesgo que representa la COVID-19 requiera hacer las consultas por teléfono o vídeo en lugar de asistir a reuniones en persona. De igual manera, es posible que requiera no recibir ciertos tipos de tratamiento o posponer su tratamiento durante un tiempo. Su equipo médico le informará sobre cualquier cambio que haya en su plan de tratamiento, o sobre los cambios en los procedimientos del hospital.

Es posible que le aconsejen aislarse durante dos semanas antes del tratamiento, para reducir el riesgo de entrar en contacto con la COVID-19. Consulte con su equipo médico si es necesario que usted se aísle antes, durante o después del tratamiento, y por cuánto tiempo.

## ¿Qué sucederá si mi tratamiento se retrasa?

La COVID-19 está ejerciendo una presión adicional en nuestros servicios de salud y, en algunos países, esto implica el retraso de las citas y los tratamientos. Es posible que sienta mucha ansiedad si surgen cambios en su tratamiento, o si este se retrasa. Intente hablar con su equipo médico sobre los motivos de dichos cambios o retrasos y sobre lo que ello implica para usted.

Algunos tratamientos contra el cáncer pueden afectar el sistema inmunológico y aumentar el riesgo de contraer COVID-19. Esta situación ha llevado a que se realicen algunos cambios en las citas hospitalarias y en los planes de tratamiento, con el fin de reducir las posibilidades de que los pacientes estén expuestos a la enfermedad.

Los médicos de todo el mundo están sopesando la urgencia y el beneficio potencial de los tratamientos en función de los riesgos que implica seguir llevándolos adelante. Asimismo, están evaluando cómo gestionar mejor el riesgo de exposición a la COVID-19 durante las visitas al hospital. En consecuencia, es probable que algunas citas con su equipo médico se realicen por teléfono, y no personalmente en el hospital.

Es conveniente estar preparado para las citas telefónicas, ya que puede ser difícil recordar todo lo que se desea decir. Elaborar una lista de preguntas y tomar notas puede ser muy útil, porque en ocasiones uno puede olvidar algo de lo que el médico dice, especialmente por teléfono. Si no entiende algo durante la consulta, pídale a su médico que se lo explique nuevamente. La cita es un tiempo dedicado especialmente a usted, así que no tema preguntar lo que necesite saber.

# COVID-19 y cáncer de pulmón



GLOBAL LUNG CANCER  
COALITION

## Ejemplos de preguntas que podría hacerle a su equipo médico:

- ¿Mi tratamiento contra el cáncer afectará mi riesgo de enfermarse de COVID-19?
- ¿Qué debo hacer si contraigo COVID-19 o si alguien con quien vivo la contrae?
- ¿Continuará mi tratamiento si me enfermo de COVID-19?
- Mi tratamiento se ha retrasado, ¿cuándo volvería a recibirlo?
- ¿Influirá el retraso de mi tratamiento en su eficacia?
- Mi tratamiento ha cambiado, ¿me podríais explicar por qué?

## Tuve cáncer de pulmón en el pasado, ¿tengo más riesgo de contraer COVID-19?

El sistema inmunológico de la mayoría de las personas se ha recuperado por completo algunos meses después de finalizado el tratamiento. Si su sistema inmunológico se ha recuperado, el riesgo no será significativamente mayor que el de otras personas de la misma edad y con el mismo estado de salud general que usted.

## Aun así, deberá seguir las recomendaciones sobre cómo protegerse de una posible infección.

El riesgo de cada persona es diferente: depende del tipo de cáncer que padece, el tratamiento, la edad y el estado de salud general. Si le preocupa la situación, lo mejor que puede hacer es consultar a su oncólogo o a los enfermeros oncológicos, que conocen su historial médico.

## La importancia del apoyo

Hacer frente a un diagnóstico de cáncer es de por sí una circunstancia difícil, más allá de la preocupación adicional del riesgo de contraer COVID-19. El hecho de que le aconsejen quedarse en su hogar y reducir el contacto con otras personas podría aumentar su nivel de estrés.

El aislamiento puede representar un gran desafío, especialmente para quienes están atravesando un tratamiento contra el cáncer, ya que la situación requiere del amor y el apoyo de familiares y amigos. Mientras tratamos de enfrentar esta realidad de la mejor manera que podamos, debemos recordar que estas medidas protegen a nuestros amigos y familiares más vulnerables, y que no existirán para siempre.

Es importante cuidar nuestro bienestar físico y mental. Sabemos que no resulta sencillo hacerlo cuando uno debe permanecer en el hogar.

## Cosas que puede hacer para ayudarse a sí mismo:

- Mantenerse en contacto con las personas cercanas por teléfono o chats de vídeo; en ocasiones, el simple hecho de mirar a alguien a la cara nos ayuda a sentirnos menos solos.
- Asegurarse de que los teléfonos o dispositivos estén cargados y de tener el crédito necesario para permanecer conectado.
- Adoptar una rutina en el hogar.
- Tratar de alimentarse sanamente y mantenerse activo.
- Es perfectamente comprensible sentirse más ansioso de lo habitual. Entre las causas frecuentes de preocupación se pueden incluir la inquietud respecto de los cambios y retrasos en el tratamiento del cáncer; la desazón causada por la COVID-19 y la manera en que la enfermedad podría afectarlo a usted. Hable con sus seres queridos o con su equipo médico sobre cómo se siente.
- Puede que eche de menos la tranquilidad que le brindaría asistir a un hospital o una clínica para consultar a sus médicos o enfermeros. Hable con su equipo médico durante las citas y pregúnteles qué clases de apoyo hay disponibles.

## Resumen

- El cáncer de pulmón debilita los pulmones, por lo que, por desgracia, esto significa que tiene un mayor riesgo de enfermarse gravemente si desarrolla COVID-19.
- Es crucial que siga las recomendaciones dispuestas a nivel nacional sobre cómo protegerse.
- Hable con su equipo médico sobre los riesgos específicos en su caso, y no dude en comunicarse con ellos si presenta síntomas.
- Si tiene interés en saber cómo la COVID-19 está afectando el plan de su tratamiento, comparta su inquietud con el equipo médico.
- Es lógico sentir ansiedad en esta situación: es un momento muy difícil para los pacientes que padecen de cáncer de pulmón. Pídales apoyo a sus seres queridos y hágalos saber cómo se siente.
- Consulte con las organizaciones locales de lucha contra el cáncer de pulmón para conocer qué clases de apoyo están disponibles, o hable con su equipo médico.



**GLOBAL LUNG CANCER  
COALITION**

**COVID-19 y cáncer de pulmón**  
**© Global Lung Cancer Coalition**  
**[www.lungcancercoalition.org](http://www.lungcancercoalition.org)**

Este folleto informativo ha sido elaborado por la secretaría de la Global Lung Cancer Coalition (GLCC, por sus siglas en inglés), y ha sido revisado por expertos en cáncer de pulmón. Para saber cuáles son los servicios de apoyo e información disponibles en su país, visite [www.lungcancercoalition.org](http://www.lungcancercoalition.org). Versión 1.0 – Enero 2021.