



COVID-19 The LAM Foundation. Comunicado COVID-19

Revisado el 15 de mayo de 2020 – Por favor leer con atención.

The LAM Foundation está monitoreando con detalle el rápido desarrollo de la pandemia de COVID-19. Mientras que Estados Unidos, así como otros países alrededor del mundo empiezan a tomar acciones para paulatinamente terminar con el confinamiento, es importante estar alerta del riesgo continuo que el COVID-19 representa para los pacientes con una enfermedad pulmonar crónica.

Las pacientes con LAM deben continuar siendo cuidadosas y responsables durante esta fase de reapertura. The LAM Foundation avala las recomendaciones de los Centros Para Control y la prevención de Enfermedades, (CDC por sus siglas en inglés) los cuales se encuentran en continua actualización en su idioma inglés en: <https://www.cdc.gov/>, así como los lineamientos federales para reapertura gradual [aquí](#). Estos aplican exclusivamente a Estados Unidos. Los links que encontrarás a lo largo del documento corresponden a los que están en inglés, pero puedes consultar el site en español y revisar la información disponible aquí: <https://www.cdc.gov/spanish/>

Es muy importante que revises los lineamientos que correspondan a la entidad en donde vives y estar al tanto de los avisos que se determinen en la misma para complementar esta información.

Aquí una versión con algunos ajustes menores:

RECOMENDACIONES PARA LAS PACIENTES CON LAM.

- Poner atención a las indicaciones de las autoridades locales, estatales y federales.
- Lavarte las manos con jabón y agua o usar frecuentemente un desinfectante de manos. Revisar info completa de la CDC [aquí](#).
- Lava y desinfecta frecuentemente los objetos y superficies que usas de manera habitual utilizando un SPRAY de limpieza regular para el hogar.
- Evita tocar tu nariz, ojos o boca si no te has lavado las manos.
- Estornuda o tose en un pañuelo desechable o con la parte interior del codo.
- Quédate en casa si estás enferma.

- Continúa con lineamientos de distanciamiento social e intentar mantener una distancia de 2 metros con las demás personas.
- Evita reuniones de más de 10 personas.
- Evita comer o tomar en bares p restaurants, usa el servicio de recoger comida hecha o servicio a domicilio.
- Usa cubre bocas cuando salgas de tu casa, especialmente en situaciones cuando mantener la distancia social se dificulta. Revisa el site de la CDC para las mejores formas de usar cubre bocas de tela [aquí](#).
- Restringe los viajes internacionales y los viajes nacionales no esenciales. Revisa [aquí](#) el sitio de la CDC para guía sobre viajes.

El lavado de manos frecuente, evitar tocarse la cara y la distancia social todavía son pilares en la propagación del COVID-19 y todas las pacientes con LAM deberían de apegarse estrictamente a estos principios hasta que la posibilidad de ser contagiadas con el virus haya desaparecido o hasta que se tenga una vacuna efectiva y aprobada.

Tener LAM no te pone en riesgo más alto de contagiarte de COVID-19, la presencia de LAM puede hacerte más susceptible a complicaciones del virus. A pesar de que no hay data específica de la enfermedad, el perfil de riesgo para pacientes con LAM es directamente relacionado al nivel de función pulmonar (FEV1, DLCO).

Miembros del Consejo Científico de The LAM Foundation desarrollaron una guía de recomendaciones basadas en 4 niveles de gravedad de la enfermedad. El mismo sistema puede servir como guía para pacientes al momento de tomar decisiones para salir del confinamiento. Independientemente del nivel de riesgo, las pacientes con LAM deben mantener una estricta disciplina en lavado de manos frecuente y distanciamiento social para reducir el riesgo de contagiarse.

AVANCE DE LAM	DEFINICIÓN	CATEGORÍA DE RIESGO	RECOMENDACIONES PARA FASE DE REAPERTURA
Leve	Función pulmonar (FEV1) >70% y sin estar en sirolimus	Bajo	Participar en acciones de localidad / estado que se clasifiquen como fase 1 con este criterio .
Moderado	1. Función pulmonar (FEV1) >70% en sirolimus	Moderado	Esperar recomendaciones locales / estado que clasifiquen como fase 2 con este criterio antes de participar en reapertura.

	2. Función pulmonar (FEV1) entre 50-70%, en sirolimus o sin él.		
Severo	1. Función pulmonar (FEV1) <50% 2. Pacientes que requieran de oxígeno suplementario sin importar grado de función pulmonar. 3. Pacientes en evaluación de trasplante. 4. Pacientes Post-trasplante.	Alto	Esperar recomendaciones locales / estado que clasifiquen como fase 3 con este criterio antes de participar en reapertura.

Importante mencionar que el riesgo individual no entra al 100% en categorías. Además del FEV1 y DLCO, el riesgo depende de otros factores como condiciones subyacentes de salud, disminución de capacidad de difusión, etc. Las pacientes deben de ejercer el mejor juicio y tener guía de proveedores de salud al momento de tomar decisiones.

Preguntas Frecuentes

1. SÍNTOMAS DE COVID-19

¿Cuáles son los síntomas típicos de COVID-19?

Estos síntomas incluyen fiebre, dolor de cuerpo, tos, dificultad para respirar. Otros síntomas de COVID-19 pueden incluir dolor de cabeza, fatiga, garganta irritada, pérdida del gusto o del olfato.

¿Cómo puedo saber la diferencia entre los síntomas normales de LAM y los síntomas de COVID-19?

Puede ser difícil notar la diferencia en ciertas situaciones, tales como tener dificultad para respirar. Algunas formas de saber son detectar si van a acompañados de nuevos síntomas como dolores de cuerpo o musculares, fiebre, garganta irritada, dolor de cabeza, pérdida de gusto u olfato. Si existe un incremento en la intensidad de los síntomas como dificultad para respirar, esto podría sugerir la presencia de COVID-19. Contacta a tu médico para hablarlo.

¿Qué debo hacer si tengo síntomas que sugieren que tengo COVID-19?

Contacta a tu médico de LAM. La mayoría de los pacientes (probablemente menos del 80%), el COVID-19 causa una enfermedad muy parecida a una gripe moderada que no requiere hospitalización.

Busca ayuda médica inmediata si tienes alguno de los siguientes: dificultad para respirar que empeora, dolor de pecho continuo, labios o cara azulada o confusión. Es importante notar que esta lista no es absolutamente inclusiva. Si tienes duda, habla con tu médico.

2. PRUEBAS DE COVID-19

¿Cómo puedo hacerme la prueba de COVID-19?

Hay dos tipos de prueba para SARS-CoV2 (el virus que causa el COVID-19).

La primera detecta la presencia de ARN o prueba PCR, la cual se usa para determinar si existe una infección viral activa. Hasta el momento, la prueba de PCR COVID-19 está generalmente limitada a pacientes con síntomas.

La segunda es una prueba de anticuerpos (serología), para determinar si has estado previamente infectado por SARS-CoV2. Esa prueba ha sido acotada para ser más específica y pronto será más fácil conseguirla. Se espera que esta prueba y las que sigan, nos ayude a determinar qué pacientes son inmunes a futuras infecciones de SARS-CoV2.

Por favor contacta a tu médico de LAM si tienes COVID-19. Depende del grado de los síntomas y de las pruebas disponibles en tu zona, tu médico te puede guiar para tomar siguientes pasos.

Para retomar el control de esta pandemia es necesario tener más pruebas PCR disponibles, rastreo de contactos, cuarentena de los que estuvieron expuestos y aislamiento de los infectados de ser necesario. En muchas áreas, esta prueba está limitada a pacientes con síntomas moderados a severos que requieren hospitalización y a los pacientes con síntomas leves los aconsejan quedarse en casa y no tomar medidas para diagnóstico. Esta situación seguramente cambiará con el tiempo cuando se tengan pruebas más accesibles.

3. MEDICINAS Y SUMINISTROS MÉDICOS

¿Tomar sirolimus me pone en un mayor riesgo de tener complicaciones por COVID-19?

¿Debo detener mi tratamiento hasta que la pandemia haya pasado?

No se sabe si estar en tratamiento de inhibidores de mTOR como sirolimus o everolimus incrementa este riesgo. Dado que la función pulmonar tiende a disminuir al dejar el sirolimus, enfatizamos la recomendación de que las pacientes con LAM no dejen de tomar sirolimus como una medida precautoria durante la pandemia. Dicho en otras palabras: Deben seguir tomando el tratamiento. Ciertas sustancias, como tener una infección activa con COVID-19 puede necesitar una reducción en la dosis o interrupción del uso de sirolimus. En esa circunstancia, la decisión del cambio en el tratamiento se deberá realizar tomando cada caso de manera individual y con base en una consulta con su médico.

¿El sirolimus puede prevenir/tratar el COVID-19?

¿Debo tomar sirolimus para prevenir/reducir la posibilidad de contagiarme?

El rol del sirolimus como preventivo o tratamiento para COVID-19 no es claro aún y está siendo investigado. La decisión de empezar a tomar sirolimus debe estar basado en indicaciones para tratar LAM y las pacientes con LAM no deben empezar a tomarlo solo con el objetivo de prevenir o tratar COVID-19.

¿Debo tomar hidroxiclороquina para prevenir/reducir la posibilidad de contagiarme de COVID-19?

La eficacia de la hidroxiclороquina para prevenir o tratar COVID-19 no está comprobada y el medicamento tiene efectos secundarios significativos. Debido a esto y al no tener resultados de un estudio médico, diversas sociedades profesionales y The LAM Foundation recomiendan no usarla para prevenir/tratar COVID-19.

¿Es seguro que continúe el uso de nebulizador en casa?

Un nebulizador puede generar aerosoles que facilitan la propagación del COVID-19. Mientras que no tengas síntomas de COVID-19, es seguro que continúes usándolo en casa con cuidado de no exponer a otros que pueden estar en peligro por infección. Los inhaladores dosificadores se prefieren y no se consideran como generadores de aerosoles. Si tienes síntomas que podrían ser de COVID-19, por favor habla con tu médico / experto en LAM para profundizar en esta pregunta.

¿Es inseguro que tome pastillas como ibuprofeno?

Los antiinflamatorios no esteroideos (AINEs) como ibuprofeno y naproxeno tienen riesgos teóricos para aquellos con COVID-19. A pesar de que no existe evidencia para soportar esta idea, estamos evitando su uso en pacientes hospitalizados con esta enfermedad. No hay evidencia de que los AINEs incrementen el riesgo de ser contagiado. Por favor no cambien su rutina o dejen de tomar medicamentos antes de consultar a su médico.

¿Es inseguro que tome inhibidores de la enzima convertidora de angiotensina (IECAs) como el lisinopril?

Estos inhibidores tienen un riesgo teórico para aquellos con COVID-19, pero no hay evidencia que lo compruebe. No hay evidencia de que tomar estos inhibidores incrementen el riesgo de ser contagiado. Por favor no cambien su rutina o dejen de tomar medicamentos antes de consultar a su médico.

¿Debo comprar un oxímetro u oxímetro de pulso?

Los oxímetros de pulso se usan para monitorear la saturación de oxígeno. No hay pruebas del rol que tiene medir la oxigenación como indicador del contagio de COVID-19, y por esto mismo puede caer en preocupar o mal informar. Para pacientes con LAM que tengan síntomas de COVID-19 quienes hayan recibido la indicación de quedarse en casa, el monitoreo periódico de saturación de oxígeno puede ser útil para tomar decisiones acerca del momento de pedir ayuda médica.

4. VISITAS A MÉDICOS

¿Es seguro que viaje para mis citas de rutina con mi neumólogo / experto en LAM u otras citas médicas?

El riesgo de viajar depende del lugar en donde vives y el contagio en el mismo. Además, cada hospital / consultorio tiene sus propias reglas o recomendaciones acerca de estas visitas y muchas siguen aceptando visitas remotas usando Telehealth u otras herramientas. Por favor revisa tus siguientes citas con tu médico. Si estás estable, hay muchas posibilidades de que tus visitas puedan posponerse.

¿Debo posponer mis análisis de sangre de rutina para sirolimus/everolimus?

La decisión de modificar estos análisis debe ser realizada junto con tu médico. Para algunas pacientes que han estado estables, puede ser apropiado esperar. Para pacientes que están empezando el tratamiento con alguno de estos medicamentos o han tenido cambios en la dosis

de los mismos, los beneficios del monitoreo pueden ser más benéficos que los riesgos, pero por favor revisa con tu médico.

¿Es seguro que haga pruebas de función pulmonar? PFTs, por sus siglas en inglés.

Al igual que las visitas a citas médicas, muchos lugares en donde se realizan las pruebas siguen lineamientos acerca de estas pruebas. Las pacientes que están por ser operadas o pacientes post-trasplante encabezan la lista de necesidad de estas pruebas. Para las pacientes que lo necesitan con rutina pero que están estables, aconsejamos esperar. De nuevo, por favor revisa con tu médico. Algunas pacientes podrían usar un espirómetro para casa para monitorear su condición.

¿Debo continuar mis visitas a rehabilitación pulmonar?

Muchos programas siguen cerrados. Por favor revisa con tu equipo de rehabilitación y tu médico. Puede existir la posibilidad de reemplazarlo con régimen de ejercicio hasta que sea posible ir al establecimiento de tu rehabilitación. Puedes descargar el programa de ejercicios en casa escrito y publicado por la Dr. Mary Beth Brown y la Dr. en fisioterapia Morgan Kelly de la Universidad de Washington [aquí](#).

¿Puedo continuar con mis citas a los pruebas médicas (clinical trials)?

La seguridad de los participantes tiene prioridad V.S. la prueba. Por favor contacta a tu equipo para revisar las actividades siguientes, así como alternativas remotas como tener contacto por alguna plataforma digital, espirometría casera, etc.

5. CONSIDERACIONES DE TRASPLANTE

Tuve trasplante de pulmón. ¿Qué pasos debo seguir para protegerme?

Las pacientes que recibieron un trasplante de pulmón podrían estar en mayor riesgo de ser contagiadas. Debes seguir en aislamiento y evitar desplazarte y tener contacto innecesario. Mantente en contacto con tu equipo de trasplante acerca de siguientes pasos para tu monitoreo.

Estoy en lista de espera para trasplante de pulmón, ¿qué pasos debo seguir?

Las pacientes en lista pertenecen a la categoría de alto riesgo y deben permanecer en casa lo más posible. Mantente en comunicación constante con tu médico y equipo de trasplante para tener guía personalizada y siguientes pasos acerca de las pruebas y evaluaciones que siguen para ti.

6. INQUIETUDES RELACIONADAS AL TRABAJO

¿Es seguro que vaya a trabajar?

Por favor mantente al pendiente de los lineamientos de tu comunidad/estado al tomar esta decisión. Si te es posible y tu empresa lo permite, trabaja de manera remota hasta que la pandemia esté bajo control o se haya encontrado/implementado una vacuna o tratamiento. La decisión de ir a trabajar depende también de tu función pulmonar, entre otras cosas. Por favor revisa esto con tu médico.

¿Qué pasa si no puedo trabajar de manera remota?

Algunos trabajos no lo permiten. Por favor revisa con tu jefe/empresa para asegurarte de que tienes todas las precauciones y medidas en tu lugar de trabajo antes de ir. Sigue con las indicaciones de higiene de lavarte las manos con agua y jabón, distanciamiento social y evitar tocar tu cara para evitar contagios. Revisa si es posible que tu médico te mande una nota para evitar que vayas al lugar de trabajo.

Trabajo en un centro de salud, ¿qué debo hacer?

Dependiendo de tu profesión, esto puede incrementar tus posibilidades de tener contacto con personas que tienen COVID-19. Hospitales y otros centros de salud han implementado protocolos de limpieza muy estrictos para evitar que el virus se propague. Por favor sigue las indicaciones de materiales y equipo de protección. Habla con tu jefe/equipo las circunstancias de tu salud para que juntos puedan tomar decisiones y regreses a trabajar de manera segura.

7. MODIFICACIONES DE ESTILO DE VIDA

¿Debo usar cubre bocas en público?

Los lineamientos actuales de la CDC recomiendan el uso de cubre bocas al estar en público., especialmente cuando se atienden lugares cerrados en los que la distancia con otros puede ser difícil de controlar como súper mercado y farmacias.

Los cubre bocas de tela son apropiados para este propósito. Revisa la página de internet del CDC para más información para el correcto uso de los cubre bocas [aquí](#).

Cubre bocas especiales como los N95 escasean y deben de dejarse para uso de los médicos. Usar cubre bocas puede empeorar los síntomas de pacientes con LAM como dificultad para respirar. Esto puede pasar por esfuerzo o con actividades como ejercicio. Empezar su uso en casa poco a poco para después usarlos afuera de ella puede ser una buena idea para acostumbrarse a su uso. También el intentar hacer las cosas más lento para no agitarte. Para

muchos está bien no usarlos al momento de salir a caminar pero, en lo posible, por favor trata de sí hacerlo, sobre todo en espacios cerrados o limitar la visita a los mismos. Recuerda que el mayor objetivo de usar estos cubre bocas es reducir las posibilidades de contagiar COVID-19. Usarlos no sustituye todos los demás consejos preventivos.

¿Debo comprar medicinas y artículos médicos de más para tenerlos por si se ofrecen?

Las pacientes con LAM en categoría de riesgo de moderado a alto deben tener acceso a las medicinas que necesitan para estar en casa al menos algunas semanas de ser necesario. Para todas las pacientes con LAM, es prudente planear y limitar lo más posible los viajes a farmacias y súper mercados. Sigue los lineamientos de la CDC para comprar de manera seguro si es que no tienes otra opción más que salir [aquí](#). Hasta donde tenemos conocimiento, en Estados Unidos no hay un límite en la producción y distribución de sirolimus/everolimus, o de los inhaladores que comúnmente usan las pacientes con LAM.

¿Puedo salir durante la pandemia?

Para pacientes con LAM es seguro salir a caminar en áreas bien ventiladas. Sigue las normas de distanciamiento social cuando lo hagas. Evita tocar superficies como juegos de niños. Lava tus manos al regresar a casa.

¿Es seguro pedir comida a domicilio y otros alimentos?

Pedir comida a domicilio es más seguro que salir a un restaurante. Recibir las compras del supermercado a domicilio es más seguro que ir a la tienda. Sigue las reglas de distancia social durante estas interacciones. Paga por adelantado con tarjeta de crédito y limita la interacción física. Recuerda lavar tus manos con agua y jabón después de tocar estos artículos.

¿Debo limpiar todo lo que me llega en empaques?

A pesar de que el riesgo de transmisión por el manejo de empaques es muy bajo, es Buena idea limpiar las superficies con limpiadores comunes usados en el hogar. El riesgo se puede reducir al dejar los artículos no perecederos fuera de la casa (como en el garage) por 2 ó 3 días antes de meterlos. Recuerda lavar tus manos con jabón y agua después de recibir paquetes.

¿Puedo viajar en coche o en avión?

La CDC recomienda limitar los viajes no esenciales lo más posible. Si no se tienen síntomas o exposiciones recientes, es seguro para ti y los familiares con los que vives estar en un mismo coche. Ten cuidado de mantener una buena higiene de manos y distanciamiento social al momento de hacer paradas en el camino. Ten cuidado de los restaurantes o lugares a donde

entrarás en estas paradas. Mucho cuidado de la higiene de manos al entrar al vehículo. Trata de limitar transporte en aviones, camiones, trenes a viajes esenciales mientras que sigues normas estrictas de higiene y distanciamiento social.

8. EXPERIENCIA DE LA VIDA REAL CON PACIENTES CON LAM

¿Cuál ha sido la experiencia de pacientes LAM con COVID-19?

Solo tenemos información de pocas pacientes contagiadas. Esto puede ser por la rareza de LAM. Estas pacientes han estado bien y se recuperan sin necesidad de una larga hospitalización. Los efectos de largo plazo del COVID-19 en la función pulmonar en pacientes con LAM no son claros aún. Estamos reuniendo información de pacientes con LAM que hayan sido diagnosticadas con COVID-19 en colaboración con la [Tuberous Sclerosis Alliance Natural History Database](#). Por favor contacta a Jo Anne Nakagawa en el correo jnakagawa@tsalliance.org o a The LAM Foundation, si es que has sido diagnosticada con COVID-19 y quieres contribuir a esta causa.

9. ANSIEDAD Y ESTRÉS

Esta pandemia ha causado mucha ansiedad en mi familia y en mí. ¿Qué puedo hacer?

La CDC ha publicado guía para atender esta ansiedad y estrés que son comunes en muchos individuos debido a la incertidumbre y riesgo del COVID-19. Puedes encontrarlos [aquí](#). The LAM Foundation hace poco presentó dos webinars que pueden ser vistos [aquí](#) y el staff siempre está disponible para escuchar y pensar en estrategias que puedan ayudar a disminuir el estrés.

Me preocupa que la persona con la que vivo se contagie, ¿qué debo hacer?

Higiene de manos, distancia social y los pasos preventivos de los que ya hemos hablado reduce la posibilidad de contagio. Comunica a los habitantes de la casa en donde vives que es de vital importancia que sigan estas reglas.

Algunas de las personas que trabajan atendiendo a pacientes con COVID-19 han hecho ajustes para dormir en otro cuarto, separados del resto de la familia durante los días que atiendan a pacientes contagiados. Otros han vivido en otros lados. Esto puede generar estrés así que cada familia debe diseñar el plan que mejor funcione para su vida.

Para las personas que cuidan a alguien más y si esta persona tiene COVID-19, deben usar el equipo médico correcto y cuidados como cambiarse y bañarse al regresar a casa.

Los lineamientos de la CDC para aquellos que viven con alguien que tiene COVID-19 pueden ser encontrados [aquí](#).

Tenemos niños en casa, ¿qué pasos debo seguir para protegerlos? ¿Cómo podemos protegernos de ser infectados?

A pesar de que una enfermedad seria se ha reportado en pocas ocasiones, la mayoría de los niños tienden a no contagiarse, pero sí pueden contagiar a otro familiar.

Los padres deben comunicar los principios de higiene a los niños como lavarse las manos con agua y jabón, usar cubre bocas, usar desinfectante de manos, evitar actividades en grupos grandes. Debemos ser claros con los niños de que estamos a salvo mientras se sigan las reglas y que al final de este tiempo, la vida regresará a la normalidad. La CDC ofrece guía para hablar con los niños de COVID-19 [aquí](#).

Dependiendo de la evolución de la pandemia, algunas escuelas estarán cerradas por este tiempo. Revisa con la escuela de los niños el plan que tienen.

La ropa deberá ser lavada con agua lo más caliente posible cuando se pueda. El calor de la secadora también es efectivo para matar el virus. Las superficies que se tocan frecuentemente también deben ser desinfectadas seguido.

10. INMUNIDAD Y VACUNA

¿Qué es inmunidad colectiva?

Es una protección indirecta que ocurre cuando la mayoría de la población es inmune a una enfermedad contagiosa. Por ejemplo, si el 80% de la población fuera inmune al COVID-19, 4 de cada 5 personas que se encontraran con esta enfermedad no se enfermarían y el virus no se propagaría de la forma en la que ha ocurrido. Los datos hasta ahora han arrojado que el 70% de la población debería ser inmune para determinar esta inmunidad al COVID-19.

El desarrollo e implementación de una vacuna está en desarrollo para lograr esta inmunidad.

¿Cuándo tendremos una vacuna para COVID-19?

Se están realizando esfuerzos múltiples para desarrollar una vacuna. Sin embargo, estas vacunas candidatas deben ser probadas en humanos antes de difundirlas. No tenemos tiempos claros, pero seguramente no lo tendremos antes de que termine el 2020.

11. SISTEMA DE APOYO LAM

¿Qué debo hacer si no he escuchado ninguna instrucción de mi médico para protegerme del COVID-19?

La mayoría de los neumólogos, incluyendo Directores de clínicas de LAM, están atendiendo a cientos de pacientes y también están apoyando a sus instituciones respondiendo a esta situación. Mientras que podría no ser posible para los doctores contactar a sus pacientes con LAM, muchos de ellos estarán disponibles para responder sus preguntas y no deben de dudar en contactarlos.

The LAM Foundation publicará documentos de guía para COVID-19 en donde trataremos de responder a dudas que puedan tener las pacientes.

The LAM Foundation está planeando también realizar webinars para comunicar información pertinente del COVID-19 y sus implicaciones para la comunidad LAM.

¿Qué ha hecho The LAM Foundation en respuesta al COVID-19?

The LAM Foundation está comprometida a la seguridad y bienestar de todas las pacientes con LAM y seguirá trabajando de manera incansable para ser embajadores de la comunidad LAM en estos tiempos. Los recursos que da la fundación incluyen:

1. The LAM Foundation ha creado un serial mensual educativo llamado LAMposium en tu sala. La primera sesión tuvo más de 200 participantes. Para más información sobre los que vienen, da click [aquí](#).
2. Staff de la fundación está disponible para llamadas.
3. Diversos videos sobre COVID son publicados [aquí](#).
4. The LAM Foundation se ha aliado con la Tuberos Sclerosis Alliance para producir webinars, juntas y capturar data de pacientes diagnosticados con COVID-19.

NOTA SOBRE ACTUALIZACIÓN EN RECOMENDACIONES

Las recomendaciones de COVID-19 para pacientes con LAM cambiarán en el tiempo. Cada decisión que se toma en tiempos de COVID se hace basada en probabilidades, tolerancia al riesgo y calidad de vida.

El límite entre decidir ir de nuevo al súper mercado puede variar entre comunidades en donde el virus se ha extendido más V.S. en las que no. Vamos a tener que aprender a vivir con el virus por un tiempo. Podemos controlar el riesgo de ser infectados al ser muy disciplinados con los principios de higiene de manos, evitar tocar nuestra cara y manteniendo distancia social.

Estaremos monitoreando muy de cerca esta pandemia y actualizando el documento conforme sea necesario. La seguridad y bienestar de la comunidad de pacientes con LAM es prioridad para Consejo Médico y Científico de The LAM Foundation. Siéntete libre de contactar a tu médico y a The LAM Foundation si tienes más inquietudes o dudas.

ADVERTENCIA

Este contenido fue creado con objetivo de dar información general. El contenido no está hecho para sustituir consejo médico profesional, diagnóstico o tratamiento. Estas recomendaciones están basadas solamente en opiniones expertas y el aviso de tu médico tiene prioridad sobre las mismas.

FUENTES ADICIONALES

[Centers for Disease Control and Prevention](#)

[Opening Up America Again – Phased Reopening](#)

[American Thoracic Society](#)

[Tuberous Sclerosis Alliance](#)

[American Lung Association](#)

[Cystic Fibrosis Foundation](#)