

## ❖ INFORMES Y OPINIONES

## Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19

### Pharmaceutical indication for influenza and common cold in the context of COVID-19

Osorio Alonso MJ<sup>1</sup>, Brizuela Rodicio LA<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Farmacéutica. Miembro fundador de la Sociedad Española de Fitoterapia (SEFIT). Profesora y tutora del Máster de Fitoterapia UB-IL3, Universitat de Barcelona, Barcelona, España. ID 0000-0001-6845-9772

<sup>2</sup>Médico y farmacéutico. Vicepresidente de la Sociedad Española de Farmacia Familiar y Comunitaria (SEFAC), Galicia. Profesor asociado, Facultad de Farmacia, Universidad de Santiago de Compostela, Santiago de Compostela, La Coruña, España. ID 0000-0001-7484-487X.

**Conflicto de Intereses/Competing Interest:** Ninguno que declarar

**Contribuciones de autoría/Author contributions:** Todos los firmantes han participado en la redacción y revisión del trabajo, asumiendo la responsabilidad de al menos una de las partes del trabajo.

**Financiación/Funding:** Sin financiación

### ABREVIATURAS

**AINE:** antiinflamatorio no esteroideo. **ARA:** antagonistas de los receptores de la angiotensina  
**CGCOF:** Consejo general de colegios oficiales de farmacéuticos. **COVID-19:** *coronavirus disease 2019*  
**EMA:** Agencia europea de medicamentos. **ESCAP:** *European Scientific Cooperative on Phytotherapy*  
**IECA:** inhibidores de la enzima convertidora de aldosterona. **OMS:** Organización mundial de la salud  
**PASITAMAE:** acrónimo de PA (paciente) SI (síntomas) T(tiempo) A(acciones) M(medicamento) A(alergias) E(enfermedades)  
**RD:** Real decreto. **SARS-CoV-2:** coronavirus 2 asociado al síndrome respiratorio agudo grave  
**SNC:** sistema nervioso central. **UCI:** unidad de cuidados intensivos

### CÓMO CITAR ESTE TRABAJO/ HOW TO CITE THIS PAPER

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA. Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19. Pharm Care Esp. 2021; 23(1):40-72

**Fecha de recepción:** 21/01/2021 **Fecha de aceptación:** 08/02/2021

**Correspondencia:** Luis A Brizuela Rodicio

**Correo electrónico:** lbrizuelar@cofc.es

**Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19**

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

## ❖ INFORMES Y OPINIONES

**RESUMEN**

Gripe y resfriado son enfermedades muy prevalentes, de consulta frecuente en la farmacia. Sus síntomas pueden confundirse y es importante la formación del farmacéutico para realizar una indicación adecuada. Esto se agrava en la situación actual en la que, desde el inicio de la pandemia global por *SARS-CoV-2*, el número de consultas que se reciben en las farmacias comunitarias sobre temas relacionados con la COVID-19 es enorme. Al tener sintomatología similar, se hace aún más necesario conocer y realizar una buena diferenciación de dichas patologías.

El objetivo de este trabajo es realizar una revisión actualizada de la bibliografía con la finalidad de orientar, de una manera práctica, a los farmacéuticos comunitarios en la toma de decisiones para una indicación farmacéutica óptima. Ante una consulta en la farmacia sobre gripe, resfriado o COVID-19, el farmacéutico, tras analizar los síntomas, debe hacer una evaluación diferencial y determinar si el problema de salud requiere de derivación médica o si, por el contrario, es un proceso autolimitado y se responsabiliza de la selección de un medicamento que no necesita receta médica, con el objetivo de aliviar los síntomas que ocasionan el problema de salud a instancias del paciente.

Existen multitud de principios activos y sustancias vegetales indicados para aliviar los síntomas del resfriado y la gripe que forman parte, asimismo, de diferentes preparados galénicos. La indicación adecuada dependerá de los síntomas manifestados, de la edad y de la posible interacción con otra medicación ya establecida en el paciente.

**Palabras clave:** *Gripe humana; Resfriado común; Farmacéuticos; Fitoterapia; Oficina de Farmacia; COVID-19; Farmacia comunitaria.*

**ABSTRACT**

Flu and colds are prevalent diseases, frequently consulted in the pharmacy. Their symptoms can be confounded and the training of the pharmacist is important to make

**Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19**

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ **INFORMES Y OPINIONES**

an appropriate indication. This is more so in the current situation where, since the start of the global SARS-CoV-2 pandemic, the number of inquiries received at community pharmacies on COVID-19 related issues has been weighty. Now it is more necessary than ever to know and make a good differentiation of these pathologies and their symptoms. The objective of this work is to carry out an updated review of the bibliography in order to guide, in a practical way, community pharmacists in making decisions for an optimal pharmaceutical indication. Before a consultation in the pharmacy about flu, cold or COVID-19, the pharmacist, after analyzing the symptoms, must make a differential evaluation and determine if the health problem requires medical referral or if, on the contrary, it is a self-limited process and is responsible for the selection of a drug that does not need a prescription, with the aim of alleviating the symptoms that cause the health problem at the request of the patient.

There are a multitude of active principles and plant substances indicated to alleviate the symptoms of cold and flu that are also part of different galenic preparations. The appropriate indication will depend on the symptoms manifested, the age and the possible interaction with another medication already established in the patient.

**Key words:** *Human influenza; Common cold; Pharmacists; Phytotherapy; Pharmacies; COVID-19; Community Pharmacy Services.*

**INTRODUCCIÓN**

La gripe y el resfriado son enfermedades **infecciosas agudas** de las vías **respiratorias de origen vírico**. Son **contagiosas, de aparición estacional, de alta incidencia** y (salvo complicaciones) tienen **carácter banal, autolimitado**; su tratamiento es sintomático y suelen resolverse en 7-10 días.

En ocasiones (sobre todo la gripe) pueden **dar lugar a complicaciones graves**, especialmente en niños y pacientes con patologías crónicas de base.

**Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19**

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ **INFORMES Y OPINIONES**

Por su alta incidencia, han sido siempre dos de las fuentes de consultas más frecuentes en la farmacia comunitaria. Esto se agrava en la situación actual en la que, desde el **inicio de la pandemia global por SARS-CoV-2**, el número de consultas que se reciben en las farmacias comunitarias sobre temas relacionados con el COVID-19 es enorme. El 62 por ciento de la población (cerca de 30 millones de personas) han acudido a las farmacias durante el primer mes del estado de alarma. 5 millones y medio de españoles han acudido a la farmacia para adquirir medicamentos relacionados con el coronavirus y material para protegerse<sup>1</sup>. Al tener una sintomatología similar, se hace aún más necesario conocer y realizar una buena diferenciación de dichas patologías.

Es también función del farmacéutico comunitario la remisión al médico en aquellos casos que así lo requieran ante la posibilidad de que aparezcan complicaciones. En el caso de aparición de síntomas compatibles con infección por SARS-CoV-2, dada su virulencia e infectividad, debe seguir el procedimiento de actuación en la farmacia en situaciones de emergencia<sup>2</sup>.

El objetivo del presente trabajo es crear una guía actualizada capaz de formar, de una manera práctica, a los farmacéuticos comunitarios en la toma de decisiones para una indicación farmacéutica óptima (de acuerdo con la evidencia) ante consultas relacionadas con estas infecciones tan prevalentes.

**DEFINICIÓN, ETIOLOGÍA Y EPIDEMIOLOGÍA**

Los datos epidemiológicos y etiológicos de las tres infecciones se pueden comparar en la Tabla 1. En el caso del COVID-19, al ser una entidad de reciente aparición, la información de la que disponemos está en constante revisión y evolución.

Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ INFORMES Y OPINIONES

	GRUPE	RESFRIADO	COVID-19
<b>Agente causal</b>	Virus de la familia <i>Orthomyxoviridae</i> ( <i>Influenzavirus</i> A, B, C). A y B son las variedades que afectan al ser humano. A es responsable de las pandemias y epidemias graves. Tiene gran variabilidad biológica.	Gran variabilidad de virus, más de 200 cepas. Los más frecuentes son rinovirus y coronavirus. También tienen una gran diversidad biológica.	Coronavirus SARS-CoV-2.
<b>Fuente de infección</b>	Secreciones respiratorias de personas sanas o enfermas, nunca los convalecientes. Secreciones rinofaríngeas durante el periodo de incubación. La contagiosidad es máxima en los 3 primeros días de enfermedad.	Personas enfermas o portadores sanos. A diferencia de la gripe hay mayor contagiosidad justo antes de la aparición de los síntomas.	Personas enfermas (sintomáticas o asintomáticas), reservorios animales.
<b>Periodo del año</b>	Sobre todo, en los meses de invierno.	Todo el año, con un pico en otoño y primavera.	Desconocido, posiblemente todo el año.
<b>Periodo de incubación</b>	De 1 a 2 días (24 – 48 h).	Depende del agente causal. De pocas horas a 2 o 3 días, pudiendo llegar incluso a los 10 días.	El periodo de incubación mediano es de 5-6 días, con un rango de 1 a 14 días. El 97,5% de los casos sintomáticos se desarrollan en los 11,5 días tras la exposición
<b>Mecanismo, vía de transmisión</b>	Transmisión directa de persona a persona; desde enfermos o portadores sanos a individuos propensos; por contacto directo a través de secreciones respiratorias producidas al toser, estornudar.	Según el tipo de virus. Puede ser por contacto directo a través de gotas producidas al toser o estornudar. También por contacto directo o indirecto a través de objetos.	La forma principal de contagio parece ser la transmisión persona-persona a través de microgotas transportadas por el aire, aunque también sería teóricamente posible el contagio a través del contacto con objetos <sup>28</sup> .
<b>Periodo de transmisión</b>	El paciente es infectado 24 - 48 h antes del inicio de los síntomas, hasta 4 o 5 días tras haber contraído la enfermedad pero el periodo puede ser más largo en niños e inmunodeprimidos.	La enfermedad suele aparecer entre 48 y 72 horas después de la infección y, es posible transmitir el virus durante toda la enfermedad.	Se estima que el periodo de transmisión empieza unos 2-3 días antes de los síntomas y la capacidad de contagio alcanza su máximo unas horas antes del inicio de síntomas; después, va decreciendo progresivamente durante la semana siguiente.
<b>Complicaciones graves</b>	Neumonía viral primaria, bacteriana secundaria e incluso mixta, sobre todo en pacientes de riesgo.	No suele tenerlas.	Aproximadamente el 20% de los casos pueden tener manifestaciones clínicas más graves (neumonía y complicaciones clínicas) que requieran ingreso hospitalario. Las personas con manifestaciones graves de la enfermedad por lo general tienen enfermedades de base como hipertensión, enfermedades cardiovasculares, diabetes y enfermedad respiratoria crónica <sup>29</sup>
<b>Propensión y resistencia</b>	Es universal y tipo específica. Puede haber reservorio animal.	Es universal y tipo específica. No hay reservorio animal.	Es universal, con reservorio animal. Se desconoce la duración de la inmunidad.

Tabla 1: Datos epidemiológicos básicos de gripe y resfriado<sup>5,6</sup>

**Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19**

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ **INFORMES Y OPINIONES****SIGNOS Y SÍNTOMAS**

La gripe, el resfriado y el COVID-19 tienen muchos síntomas parecidos, comunes, lo que hace importante diferenciarlos bien, pues ayudará a identificar el proceso infeccioso de que se trata y permitirá realizar una adecuada indicación farmacéutica. Como norma general, hay que tener en cuenta que la gripe, a diferencia del resfriado, tiene un inicio brusco con fiebre, cansancio, dolor muscular y malestar general; y pocas veces presenta estornudos, dolor de garganta, congestión nasal o rinorrea, síntomas característicos del resfriado común.

Sin embargo, es importante recalcar que no existe un cuadro «tipo», ya que, por su variabilidad, dependerá de la edad, del tipo de paciente y de las enfermedades previas existentes; incluso puede ocurrir que algunos de los síntomas más característicos no estén presentes.

***Resfriado***

Si bien el resfriado es ampliamente reconocido, existe una variación considerable en la gravedad e incidencia de los síntomas, tanto entre diferentes procesos como dentro del curso de una misma enfermedad individual.

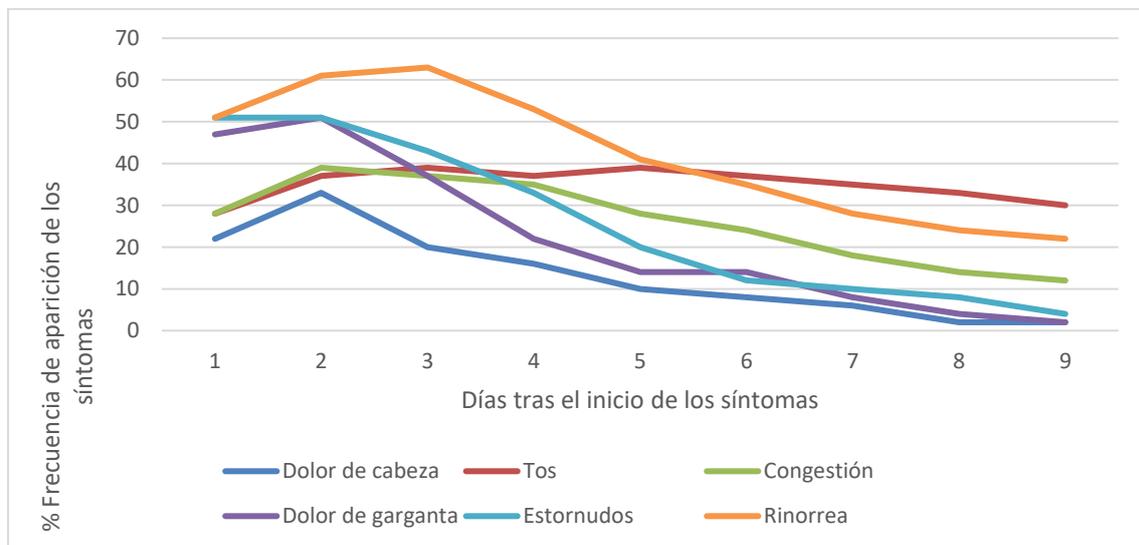
El resfriado presenta como síntomas más importantes estornudos, rinorrea acuosa abundante y transparente, congestión/obstrucción nasal, irritación de garganta, picor ocular y lagrimeo. A continuación, aparece malestar, mucosidad espesa amarillo-verdosa, obstrucción persistente de las fosas nasales y tos con expectoración que evolucionan hacia una fase posterior de recuperación. Dentro de los síntomas, presentes en los tres primeros días de la enfermedad, podrían aparecer fiebre moderada, cefalea y malestar general, que suelen ser más frecuentes en niños. Como consecuencia de la inflamación de las mucosas y la vasoconstricción, se acumulan gérmenes y alérgenos, lo que podría producir una disminución del sentido del olfato y del gusto.

Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ INFORMES Y OPINIONES

Las frecuencias de aparición de los seis síntomas principales del resfriado se incluyen en la figura 1<sup>3</sup>.



**Figura 1:** Frecuencia de aparición de los síntomas expresados como porcentaje. Basado en 139 sujetos con diagnóstico de infección por rinovirus. Los resultados se expresan como porcentaje de sujetos que sufren el síntoma en cualquier día durante un periodo de nueve días. Adaptada desde Eccles R, et al<sup>3</sup>.

La congestión nasal es el síntoma más frecuente declarado en encuestas autoadministradas: se observa en al menos el 85 % de los pacientes. Cuando el resfriado se estudia mediante ensayos prospectivos, la congestión nasal reduce su frecuencia por debajo del 50 %. La irritación de garganta se observa en el 50-70 % de los pacientes, en proporciones similares a las de la secreción nasal. La tos se experimenta en un 70 % de los pacientes con resfriado, según las encuestas autoadministradas, y aproximadamente en un tercio de los pacientes seguidos a través de vigilancia prospectiva. La irritación de garganta suele ser el síntoma más molesto al inicio, la congestión nasal el síntoma más

**Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19**

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ **INFORMES Y OPINIONES**

molesto durante el pico de la enfermedad y la tos el que más preocupa al final del resfriado<sup>3</sup>.

**Gripe**

Su comienzo suele ser súbito y sus manifestaciones van desde síntomas leves hasta otros más graves con afectación del estado general del paciente, e incluso puede evolucionar a procesos más graves, como pueden ser neumonía y bronquitis, que son las complicaciones más frecuentes. Además del comienzo brusco, hay síntomas básicos que son muy característicos de la gripe, como son:

- **Cefalea:** síntoma característico, es intenso y deslocalizado.
- **Fiebre alta:** suele ir parejo en su inicio con el dolor de cabeza, escalofríos y sudoración. La fiebre suele durar de dos a tres días, aunque excepcionalmente podría durar hasta siete días.
- **Malestar general:** síntoma típico de la gripe que se presenta con decaimiento, postración y dolores musculares generalizados, sobre todo dorsolumbar.
- **Síntomas respiratorios:**
  - *Tos seca:* presente desde el comienzo de los síntomas, puede llegar a ser intensa e invalidante.
  - *Secreción nasal:* se puede observar un leve cuadro catarral como consecuencia de la invasión viral.
- **Otros síntomas de la gripe:**
  - *Dolor de garganta:* con hiperemia faríngea que le da un tono rojizo intenso, acompañada de congestión faríngea sin infiltración.
  - *Cansancio, fatiga y debilidad:* son consecuencia de la fiebre alta y del dolor muscular.
  - *Falta de apetito.*
- **Síntomas digestivos:** son más frecuentes en niños, náuseas. Raramente, vómitos o diarrea<sup>4</sup>.

**Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19**

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ **INFORMES Y OPINIONES**

Habitualmente, la gripe se resuelve en una o dos semanas, pero la convalecencia a veces se puede alargar y pueden persistir la tos, la astenia y el cansancio. La gripe y el resfriado presentan síntomas similares, que también pueden confundirse con los de la rinitis alérgica. De un modo parecido, algunos de los primeros síntomas del COVID-19 pueden ser similares y prestarse a confusión. Por ello, la tabla 2 incluye una comparativa entre las cuatro entidades para facilitar su diferenciación.

La gripe puede llegar a desembocar en complicaciones (en gran medida dependientes del estado previo de salud del paciente). Las principales serán:

- La neumonía (que puede ser de origen vírico, bacteriano o también de origen mixto, sobre todo en personas de riesgo) y la bronquitis.
- Agravamiento de procesos crónicos, como procesos bronquiales, insuficiencia cardíaca, diabetes, etc.
- Miocarditis.
- Deshidratación, sobre todo en pacientes mayores con fiebre elevada.
- En niños y jóvenes las más frecuentes son otitis media, sinusitis y agravamiento de los procesos faríngeos y amigdalares.

***Evaluación diferencial con otras patologías***

Sabemos que puede haber patologías respiratorias cuyos síntomas pueden ser similares y tendremos que estar atentos a la aparición de cualquier complicación para derivar al paciente al médico. En la tabla 3 se puede encontrar un resumen con las principales.

Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ INFORMES Y OPINIONES

	Gripe	Resfriado (rinovirus y coronavirus)	Rinitis alérgica	COVID-19 <sup>††</sup>
<b>Periodo de incubación</b>	18-36h	48-72h	No existe periodo de incubación	De 2 a 12 días (mediana de 5 días)
<b>Inicio</b>	Súbito	Paulatino	Rápido	Paulatino
<b>Duración</b>	3-7 días	8-10 días	<ul style="list-style-type: none"> <li>Intermitente: &lt; 4 días/semana o &lt;4 semanas</li> <li>Perenne: &gt;4 días/semana o &gt; 4 semanas</li> </ul>	2 semanas desde el inicio de los síntomas en la enfermedad leve y 3-6 semanas en la grave o crítica
<b>Frecuencia</b>	Circunscrito a epidemias	Posibilidad de todo el año	Más estacional (alérgenos)	Posibilidad de todo el año
<b>Fiebre</b>	38-40 °C acompañada de escalofríos	Muy poco habitual, más frecuente en niños	Muy poco habitual	Habitual. 37,8 °C o superior
<b>Cefalea</b>	Aguda e intensa	Poco común	Habitual	En un 13,6% de los casos.
<b>Mialgias</b>	Dolor muscular en la zona dorsolumbar y las piernas sobre todo	Leve, raras	Muy poco habitual	En un 14,8% de los casos
<b>Estornudos</b>	Poco frecuente	Síntoma de aparición inicial	Síntoma muy habitual. Estornudos en salvas	No
<b>Rinorrea, rinitis</b>	Ocasionalmente	Síntoma habitual. Inicialmente fluidas y transparentes. A partir del día 3-4 son mucosas y espesas	Síntoma habitual. Es habitual el prurito nasal, incluso epistaxis	Poco frecuente
<b>Tos</b>	Tos seca; puede llegar a ser intensa e invalidante	Inicialmente seca; se convierte en productiva al pasar unos días	Síntoma común	Habitual. Tos seca
<b>Cansancio y malestar general</b>	Aparece siempre. Síntoma diferencial y de intensidad variable	Es muy poco habitual o puede aparecer con intensidad leve-moderada	Intensidad leve-moderada	La fatiga es uno de los síntomas principales
<b>Dolor de garganta</b>	Poco frecuente	Habitual	Habitual	En un 20% de los casos
<b>Secreción nasal acuosa</b>	A veces	Sí, en los primeros días	Sí	Poco frecuente
<b>Odinofagia</b>	Poco frecuente	Habitual	Habitual	Puede aparecer
<b>Irritación ocular</b>	Poco frecuente	Habitual	Habitual	No
<b>Complicaciones</b>	Neumonía por infecciones secundarias (más frecuentes en inmunodeprimidos, ancianos, cardiopatas, enfermedad pulmonar obstructiva crónica, asma, etc.), pudiendo llegar a ser fatal	Sinusitis y otitis media, sobre todo en niños y ancianos	Sinusitis, otitis y faringitis	Neumonía, síndrome de dificultad respiratoria aguda (SDRA), complicaciones cardíacas, tromboembólicas y síndrome de Guillain-Barré, así como otras complicaciones clínicas que requieren ingreso hospitalario, pudiendo llegar a ser fatal
<b>Bronquitis</b>	Puede aparecer	Puede aparecer	Bronquitis alérgica	Puede aparecer

Adaptada de Andrés Rodríguez et al(7), Beitia et al(13) y Faus Dáder et al<sup>5</sup>.

\* Centro de Coordinación de Alertas y Emergencias Sanitarias. Información científica-técnica. Enfermedad por coronavirus, COVID-19. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.; 2020.

Clinical characteristics of COVID-19 [Internet]. European Centre for Disease Prevention and Control. [cited 2020 Jun 25]. Disponible en: <https://www.ecdc.europa.eu/en/covid-19/latest-evidence/clinical>

† La sintomatología posible del COVID-19 es amplia y variable, pudiendo incluir (además de los mencionados en la tabla) sensación de falta de aire, anosmia, ageusia, diarreas, dolor torácico, entre otros.

**Tabla 2:** Comparativa de la sintomatología de gripe, resfriado, rinitis alérgica y COVID-19



Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ INFORMES Y OPINIONES

Patología	Criterios para el diagnóstico diferencial
Sinusitis	Es una infección, por lo general del virus del resfriado, que afecta a los senos paranasales y a la mucosa nasal (que están taponados) y que produce congestión nasal con secreción, cefalea, fiebre y presión en el rostro.
Bronquitis	Infección respiratoria que cursa con secreción mucosa fluida inicialmente y luego más espesa y tos seca. Puede dar fiebre y causar malestar.
Procesos alérgicos	Pueden presentar síntomas respiratorios agudos; el más frecuente es la rinitis. Por ello, es importante valorar en el paciente otros síntomas de origen alérgico como conjuntivitis, picor o historial alérgico.
Infecciones por enterovirus y arbovirus	Tienen un cuadro clínico apenas distinguible, pero sin tos. Son los responsables, con frecuencia, de la llamada gripe estomacal, que puede cursar con fiebre durante 48-72 h, vómitos, diarrea y dolor de estómago.
COVID-19	Un cuadro clínico de infección respiratoria aguda de aparición súbita de cualquier gravedad que cursa, entre otros, con fiebre, tos o sensación de falta de aire. Otros síntomas como la odinofagia, anosmia, ageusia, dolores musculares, diarreas, dolor torácico o cefaleas, entre otros, pueden ser considerados también síntomas de sospecha de infección por SARSCoV-2 según criterio clínico(30). En el caso de aparición de síntomas compatibles con COVID-19, dada su virulencia e infectividad, el farmacéutico debe tener un papel proactivo. En caso de comprobar que existen dos o más síntomas compatibles con COVID-19 con inicio en los últimos 5 días, es necesario informar al paciente y proponerle una cita con el médico de Atención Primaria según el canal de comunicación farmacéutico-médico de Atención Primaria establecido por cada colegio farmacéutico <sup>30-32</sup> . El farmacéutico debe recomendar aislamiento al paciente hasta que reciba la llamada para la realización de la prueba diagnóstica y el seguimiento de las recomendaciones sanitarias en esta situación. Además, debe informarle de la necesidad de identificar a los contactos estrechos.
Otros cuadros	Causados por otros agentes infecciosos que se pueden confundir pueden ser, entre otros, <i>Mycoplasma pneumoniae</i> , adenovirus, virus respiratorios sincitiales, rinovirus, virus paragripal y <i>Legionella</i> .

50

**Tabla 3:** Principales patologías con una sintomatología similar y criterios para el diagnóstico diferencial.

Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ INFORMES Y OPINIONES

**TRATAMIENTO**

Debido a la variabilidad de los virus y a la gran facilidad para el contagio, la prevención de estas infecciones es un objetivo muy difícil de conseguir.

Aunque existe tratamiento etiológico para la gripe (antivirales específicos para evitar la diseminación del virus por el organismo), solo está indicado en epidemias en aquellos pacientes de alto riesgo con sospecha de gripe y que no han sido vacunados<sup>5</sup>.

El tratamiento, por tanto, se centrará principalmente en medidas preventivas y tratamiento farmacológico destinado a controlar y reducir los síntomas, así como para evitar complicaciones.

Las diferentes opciones de tratamiento sintomático farmacológico sin receta se resumen en la figura 2.

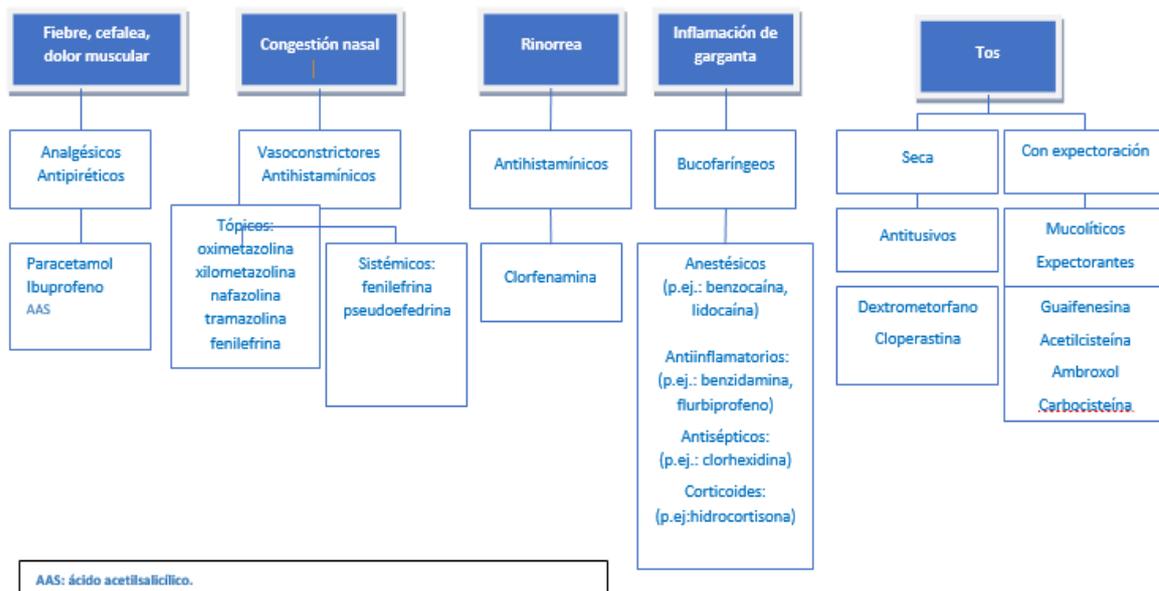


Figura 2: Tratamiento sintomatológico farmacológico



Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ INFORMES Y OPINIONES

**Tratamiento preventivo**

Además del tratamiento farmacológico, se recomiendan medidas para prevenir o paliar estas infecciones. Estas medidas se recogen en la tabla 4.

Para no contraer la enfermedad	Una vez contraída la enfermedad	Otras medidas complementarias
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lavarse las manos frecuentemente</li> <li>• No consumir tabaco ni alcohol</li> <li>• Dieta ligera y equilibrada</li> <li>• No frotarse los ojos o tocarse la nariz o la boca</li> <li>• Evitar el contacto con infectados</li> <li>• Evitar sitios y ambientes cerrados, cargados o con poca ventilación</li> <li>• Suprimir los cambios bruscos de temperatura y humedad</li> <li>• No poner el aire acondicionado o la calefacción con gran intensidad</li> <li>• La persona enferma no debe salir de casa</li> <li>• Taparse la boca y la nariz al estornudar o toser</li> <li>• Utilizar pañuelos desechables</li> <li>• En caso necesario, usar mascarilla</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reposo en cama, pero no excesivamente abrigado</li> <li>• Tener el ambiente con la humedad adecuada</li> <li>• Mantener una buena hidratación tomando líquidos</li> <li>• Evitar la sequedad bucal mediante sorbos pequeños</li> <li>• Si el paciente es fumador, no debe fumar durante esos días</li> <li>• Hacer gárgaras con limón y agua tibia</li> <li>• Utilizar cremas hidratantes o vaselina en la nariz y zona peribucal</li> <li>• Hacer vahos con suero fisiológico con el fin de mejorar la congestión nasal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fiebre y malestar: hacer reposo, no salir de casa, no exponerse a temperaturas cambiantes. No hacer esfuerzos y evitar los ambientes poco ventilados</li> <li>• Congestión nasal: usar suero fisiológico especialmente en embarazadas, niños y pacientes hipertensos. Hacer vahos de vapor sin añadir ningún producto</li> <li>• Dolor de garganta: hacer gárgaras con agua templada con limón. Beber pequeños sorbos para hidratar la garganta. No hablar o forzar la garganta</li> <li>• Tos: humidificar el ambiente, beber líquidos para fluidificar las secreciones</li> <li>• Estornudos/rinorrea: pañuelos desechables. Poner siempre una barrera al estornudar (pañuelos, la mano, una mascarilla) para no diseminar los virus. Lavar con frecuencia las manos</li> </ul>

Adaptada de Fistera<sup>33</sup>, Andrés Rodríguez et al.<sup>3</sup>, Esteva Espinosa<sup>6</sup> y Penín Álvarez<sup>11</sup>

**Tabla 4: Medidas preventivas**

**Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19**

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ **INFORMES Y OPINIONES**

*Resfriado:* Todavía no ha sido posible obtener una vacuna para la prevención del resfriado común debido a que los antígenos del virus sufren mutaciones continuamente, lo que provoca una gran variabilidad de la tipología del virus.

Las pruebas existentes hasta la actualidad no apoyan las vacunas contra el adenovirus para prevenir el resfriado común en personas sanas<sup>6</sup>.

*Gripe:* Dada su repercusión, la prevención es indispensable para evitar la propagación de la epidemia, y ha de hacerse implantando medidas preventivas y mediante la administración de la vacuna antigripal. Las campañas de vacunación son promovidas y desarrolladas por las administraciones autonómicas o estatales para proteger a grupos de riesgo. La campaña de vacunación la regula la administración sanitaria, se lleva a cabo una vez al año (en los meses de octubre a diciembre) y está orientada a personas con elevado riesgo de contagio.

*COVID-19:* Dada su gran virulencia e infectividad, y la falta de vacuna por el momento, son esenciales las medidas de protección: uso de mascarilla, higiene extrema de manos y objetos y distanciamiento social (incluyendo la prohibición de actos y concentraciones masivas), así como el aislamiento de casos sospechosos.

***Tratamiento farmacológico de los síntomas***

En términos generales, deberemos indicar siempre la dosis menor que sea efectiva y, dado que el tratamiento es sintomático, debe suspenderse la medicación a medida que los síntomas desaparezcan. Si los síntomas se mantuvieran durante más de cinco días o la fiebre durante más de tres días, sería necesario consultar a un médico.

Dentro del grupo de los antigripales encontramos numerosas formas farmacéuticas, como granulados, comprimidos, grageas, comprimidos efervescentes, cápsulas, jarabes, soluciones para pulverización nasal, etc. Deberemos considerar también la composición

**Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19**

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ **INFORMES Y OPINIONES**

de excipientes de la forma farmacéutica antes de seleccionar la opción más adecuada para el paciente.

Para el tratamiento sintomático de la gripe y el resfriado se utilizan los fármacos que se detallan a continuación. Es necesario tener en cuenta las precauciones a considerar con los tratamientos, sobre todo en pacientes con situaciones especiales. El tratamiento de los síntomas leves del COVID-19 es similar al de la gripe. Los casos graves que requieren hospitalización son evaluados y tratados individualmente por el personal médico.

**Analgésicos y antipiréticos**

Se utilizan para el alivio de la cefalea, la fiebre, mialgias, el malestar y síntomas generales.

- **Paracetamol:** será el fármaco de elección, especialmente en pacientes con alergia a antiinflamatorios no esteroideos y al ácido salicílico y en pacientes con problemas de coagulación, gastritis o úlcera péptica. Posología:

- Adultos: la dosis habitual en adultos varía entre 500 mg y 1 g en cada toma, sin exceder los 3 g/día, en situaciones de indicación farmacéutica(5). No puede administrarse con insuficiencia hepática o renal.

- Niños de 6 a 12 años: la dosis habitual es de 250-500 mg/4-6 horas.

- Niños de 2 a 6 años: la dosis habitual es de 120-250 mg/4-6 horas.

Dentro de las interacciones del paracetamol encontramos acarboxa, metoclopramida, anticonvulsivantes, anticonceptivos, anticoagulantes orales y diflunisal<sup>7,8</sup>.

- **Ácido acetilsalicílico:** Posología:

En adultos la dosis habitual varía entre 325 y 500 mg cada 4 horas. La dosis más habitual es de 500 mg/6 horas. El ácido acetilsalicílico se debe evitar en los menores de 16 años por su relación con el síndrome de Reye. Está contraindicado su uso en pacientes

**Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19**

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ **INFORMES Y OPINIONES**

asmáticos, con úlcera gastroduodenal activa, en situaciones que cursan con problemas de coagulación y en el último trimestre de embarazo.

Interacciona con  $\beta$ -bloqueantes, metotrexato, corticoides sistémicos, glibenclamida y anticoagulantes orales.

**• Ibuprofeno:** Posología:

La dosis habitual en adultos para dolor leve o moderado es de 400 mg cada 6-8 horas.

La dosis más habitual es de 400 mg/6-8 h, sin sobrepasar 1,2 g/día.

– Niños de 6 a 12 años: la dosis habitual es de 200 mg/6-8 horas.

– Dosis habitual en niños de 2 a 6 años: 5-10 mg/kg/6-8 horas hasta un máximo de 40 mg/kg/día.

No se debe utilizar en pacientes alérgicos a los antiinflamatorios no esteroideos ni en niños con asma (puede desencadenar crisis asmáticas).

Interacciona con furosemida, digoxina, litio, metotrexato y tacrolimus<sup>7,8</sup>.

• **AINE y COVID-19:** Si bien este trabajo no está centrado en el COVID-19 ni en su tratamiento, el contexto actual hace necesario mencionar en esta sección las preocupaciones que surgieron, especialmente al inicio de la pandemia, en relación con el uso de AINE y un posible peor pronóstico del COVID-19. La Agencia Europea del Medicamento (EMA por sus siglas en inglés) aclaró en un comunicado que no había suficiente evidencia que sustentase tal relación<sup>9</sup>. Un estudio posterior no halló asociación entre el uso de AINE y un cambio en mortalidad a los 30 días, hospitalización, ingreso en la UCI, ventilación mecánica o terapia de reemplazo renal en individuos daneses con resultado positivo para SARS-CoV-2. Los autores del estudio concluían que no había evidencia que recomendase retirar el uso bien indicado de los AINE durante la pandemia de SARS-CoV-2<sup>10</sup>. De un modo parecido, existe una preocupación importante por saber si el uso de un tratamiento antihipertensivo podría influir en la mortalidad de los pacientes con COVID-19. A este respecto, la Sociedad Europea de Cardiología

**Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19**

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ **INFORMES Y OPINIONES**

recomienda con fuerza que los médicos y los pacientes deben continuar el tratamiento con sus medicaciones antihipertensivas habituales ya que no hay evidencia clínica ni científica que sugiera que los IECA y ARA deban ser dejados de tomar debido a la infección por el COVID-19<sup>11</sup>.

**Antitusivos, mucolíticos y expectorantes**

En el caso de tos **no productiva** utilizaremos fármacos inhibidores de la tos, fundamentalmente dextrometorfano. También se usa fosfato de codeína, pero requiere receta médica. En menos ocasiones se usa levodropropizina:

- **Dextrometorfano:** Es el antitusivo de elección y es el único empleado en preparados antigripales.

Posología:

– Adultos y adolescentes: la dosis recomendada es de 10-20 mg cada 4-6 horas, o 30 mg cada 6-8 horas.

La dosis máxima diaria es de 120 mg.

– Niños de 6-12 años: la dosis recomendada es de 5-10 mg por vía oral cada 4 horas, o 15 mg cada 6-8 horas.

– Niños de 2 a 6 años: la dosis habitual es de 2,5-5 mg/4-6 h hasta un máximo de 30 mg/día.

Se debe usar con precaución en pacientes con asma, enfermedad pulmonar obstructiva crónica, insuficiencia hepática o cardiopatía.

- **Cloperastina:** es una sustancia provista de actividad antitusígena de acción central y periférica, que desarrolla su acción selectivamente sobre el centro regulador de la tos sin causar depresión del SNC. La cloperastina posee un efecto espasmolítico sobre los bronquios, y una leve acción antihistamínica.

Posología:

**Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19**

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ **INFORMES Y OPINIONES**

- Adultos y mayores de 12 años: 20 mg de cloperastina hidrocloreuro (10 ml) tres veces al día.
- Niños entre 6 y 12 años: 10 mg de cloperastina hidrocloreuro (5 ml) tres veces al día.
- Niños de 2 a 6 años: 2,5 mg de cloperastina hidrocloreuro (2,5 ml) tres veces al día.

Debido a sus efectos anticolinérgicos, la administración de cloperastina debe realizarse con precaución en pacientes con aumento de la presión intraocular, hipertrofia de próstata, obstrucción de la vejiga urinaria, hipertensión arterial, arritmia cardíaca, miastenia grave, úlcera péptica estenosante u obstrucción intestinal con afectación esofágica, intestinal o vesical.

La **tos productiva** nos ayuda a liberar las secreciones bronquiales y se aconseja no suprimirla. Cuando la tos sea muy molesta se recurrirá al uso de mucolíticos y expectorantes; no obstante, los mucolíticos no están indicados en la gripe y la eficacia terapéutica de ambos grupos se ha puesto en duda.

- **Mucolíticos:** disminuyen la viscosidad del moco, lo hacen más fluido y facilitan su expulsión. Son la acetilcisteína, la carbocisteína, la bromhexina y el ambroxol.
- **Expectorantes:** irritan las células de la mucosa, aumentan el volumen de la mucosidad y así activan el mecanismo para la expulsión del moco. Se utiliza la guaifenesina.

**Descongestivos nasales**

Los descongestivos nasales más utilizados son agonistas de los receptores adrenérgicos  $\alpha_2$  porque producen efectos más potentes, duraderos y selectivos<sup>12</sup>:

- **Vasoconstrictores tópicos:**
  - Son los vasoconstrictores de elección, sobre todo los que tienen acción prolongada como la oximetazolina y la xilometazolina, duran 8-12 horas y producen menos efectos de rebote. Pertenecen a este grupo los derivados imidazólicos, además de los ya mencionados. Son la nafazolina, la tramazolina y la fenilefrina.

**Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19**

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

**❖ INFORMES Y OPINIONES**

– No deben de utilizarse más de 4-5 días. Si se utilizan con más frecuencia o durante más tiempo del adecuado, se produce el llamado «efecto rebote», que da lugar a un aumento de la congestión y anula el efecto vasoconstrictor.

– Los efectos secundarios son menos acusados que los de los vasoconstrictores sistémicos, pero aun así deberán usarse con precaución en pacientes con enfermedad coronaria, diabetes, hipotiroidismo, hipertensión, glaucoma o prostatitis.

– Interaccionan con antidepresivos tricíclicos y con inhibidores de la monoaminoxidasa.

– Están desaconsejados en niños menores de 6 años; en este caso, usaremos espráis de soluciones de agua de mar isotónicas<sup>3</sup>.

**• Vasoconstrictores sistémicos:**

– Corresponden al grupo de las aminas simpaticomiméticas de acción sistémica. Son la fenilefrina, la efedrina y la pseudoefedrina.

– Producen una vasoconstricción más duradera pero menos intensa que los tópicos; los efectos secundarios son más importantes. No causan irritación local y el grado de vasoconstricción es menor y menos intenso.

– Precauciones: hipertiroidismo, diabetes, enfermedad coronaria, glaucoma, prostatitis e hipertensión. Interacción con antidepresivos tricíclicos e inhibidores de la monoaminoxidasa.

– *Efectos adversos:* administrados por vía sistémica, presentan efectos estimulantes cardiovasculares que pueden producir taquicardia y aumento de la presión arterial, así como elevar la glucemia.

**Antihistamínicos**

Se usan para tratar síntomas como estornudos, rinorrea, lagrimeo y congestión nasal. Van a prevenir los efectos provocados por la liberación de histamina, como son el

**Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19**

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ **INFORMES Y OPINIONES**

aumento de la permeabilidad capilar, la vasodilatación o edema muy marcado en la zona de la nariz debido a la gran irrigación que tiene.

Para el tratamiento de las patologías de vías respiratorias altas destacan como antihistamínicos la clorfenamina, la difenhidramina, la clorpromazina, la doxilamina, la triprolidina, la bromfeniramina y la dexclorfeniramina.

Tienen un efecto depresor del sistema nervioso central, por lo que pueden producir somnolencia, que sería el efecto adverso más frecuente.

Respetando las pautas de dosificación, podemos considerarlos fármacos con un perfil terapéutico seguro tanto en niños como en adultos.

Pueden producir, debido a sus efectos anticolinérgicos, taquicardia, visión borrosa, sequedad de boca, retención urinaria o visión borrosa. Potencian los efectos depresores de medicamentos sedantes, antidepresivos, relajantes y ansiolíticos y también los efectos del alcohol.

59

**Antiinfecciosos faríngeos tópicos y anestésicos locales**

El dolor, molestias e irritaciones de garganta y bucofaríngeas pueden aliviarse usando preparados con mezclas de principios activos, que se presentan en formas farmacéuticas como aerosoles, espráis, pastillas para chupar, colutorios, gargarismos, etc.<sup>3,7,13</sup>.

Los componentes principales de estos productos son:

- **Anestésicos locales:** son eficaces por la eliminación o disminución del dolor. Los más usados son la benzocaína, la lidocaína, el alcohol bencílico y, actualmente, el ambroxol<sup>7</sup>. El ambroxol tiene actividad mucolítica, pero en dosis de 20 mg por comprimido se comercializa como anestésico local para el tratamiento de la garganta.
- **Antisépticos:** presentan poca eficacia antiviral, puesto que son agentes antibacterianos, pero van a ser muy útiles para evitar infecciones bacterianas secundarias.

Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ INFORMES Y OPINIONES

Los más utilizados son la clorhexidina, la hexetidina, el cloruro potásico, el cloruro de cetilpiridinio y la povidona yodada<sup>5</sup>.

- **Antiinflamatorios:** reducen la inflamación y el edema de la mucosa.

A este grupo pertenecen la lisozima, la benzidamina, la enoxolona y, recientemente, se ha aprobado el flurbiprofeno en dosis de 8,75 mg.

Se presentan en pastillas y aerosol.

- **Antifúngicos:** evitan la proliferación de hongos.

Son derivados de sales de amonio cuaternario; concretamente, el cloruro de decualinio.

- **Corticoides tópicos:** se usan para reducir la inflamación.

El único que se puede usar y que no necesita receta es la hidrocortisona.

- **Antibacterianos tópicos:** Algunos preparados tópicos pueden contener también pequeñas dosis de algunos antibacterianos, aunque su uso es controvertido.

En muchas ocasiones es necesario tener en cuenta las precauciones a considerar con los tratamientos sintomáticos de la gripe y resfriado, especialmente en pacientes con situaciones especiales. Véase la tabla 5.

Características del paciente/ patología	Elección de analgésico	Elección del descongestivo y vía de administración oral / tópica	Selección del antihistamínico	Antitusivos, mucolíticos y expectorantes
Alergia				Precaución con la miel
Anciano	Paracetamol	Sí	Precaución con reacciones adversas a los medicamentos, sequedad de boca y retención de orina	Sí
Angina / Infarto			Taquicardia	
Anticoagulación	Paracetamol	Permitidos	Permitidos	Permitidos
Antidepresivos tricíclicos	Paracetamol	Solución salina fisiológica nasal o en vahos	Permitidos	Antitusivo: no Mucolítico: sí Expectorante: sí
Asma	Paracetamol en dosis moderadas	Sí	Contraindicados	No

Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ INFORMES Y OPINIONES

<b>Cardiopatías</b>	Paracetamol	Solución salina fisiológica nasal o en vahos	Permitidos	Permitidos
<b>Diabetes</b>	Paracetamol	Solución salina fisiológica nasal o en vahos	Permitidos	Permitidos
<b>Embarazo</b>	Paracetamol	Solución salina fisiológica nasal o en vahos	Contraindicado	Dextrometorfano. El resto está contraindicado
<b>Epilepsia</b>	Paracetamol	Solución salina fisiológica nasal o en vahos	Contraindicados	Dextrometorfano: no Mucolítico: sí Expectorante: sí
<b>Estreñimiento</b>			Agravamiento	
<b>Glaucoma de ángulo cerrado</b>	Paracetamol	Solución salina fisiológica nasal o en vahos	Contraindicados	Permitidos
<b>Hepatopatía/ Alcoholismo</b>	Ibuprofeno Ácido acetilsalicílico	Permitidos	Contraindicados	Permitidos
<b>Hipertensión arterial</b>	Paracetamol	Solución salina fisiológica nasal o en vahos Oximetazolina Xilometazolina 3 días	Permitidos	Permitidos
<b>Hipertiroidismo</b>	Paracetamol	Solución salina fisiológica nasal o en vahos	Permitidos	Permitidos
<b>Hipertrofia prostática</b>	Paracetamol	Permitidos	Retención Urinaria Contraindicados	Permitidos
<b>Inhibidores de la monoaminoxidasa</b>	Paracetamol	Solución salina fisiológica nasal o en vahos	Contraindicados	Antitusivo: no Mucolítico: sí Expectorante: sí
<b>Insuficiencia renal</b>	Paracetamol con precaución			
<b>Lactante</b>	Paracetamol	Solución salina fisiológica nasal o en vahos Oximetazolina Xilometazolina 3 días	Contraindicados	Contraindicados
<b>Niños</b>	Paracetamol	Suero fisiológico Descongestivos tópicos (no en menores de 2 años)	Permitidos	No en menores de 2 años
<b>Úlcera péptica</b>	Paracetamol	Permitidos	Permitidos	Antitusivo: sí Mucolítico: no Expectorante: no

Adaptada de Andrés Rodríguez, et al.<sup>7</sup>, Colegio Oficial de Farmacéuticos de A Coruña<sup>8</sup>, Beitia et al.<sup>13</sup>), y Penín Álvarez<sup>26</sup>.

**Tabla 5:** Situaciones especiales y precauciones

**Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19**

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ **INFORMES Y OPINIONES****Fitoterapia para los síntomas de resfriados y gripes**

La fitoterapia cuenta con una buena variedad de plantas de uso medicinal, cuyas sustancias vegetales o sus extractos (individualmente o en combinación) tienen actividad sobre los síntomas del resfriado o pueden fortalecer el sistema inmunitario para la prevención de complicaciones y recaídas y para una recuperación más rápida en la convalecencia.

Toda la información que se da a continuación se basa en la información aportada por las monografías de la Agencia Europea de Medicamentos (EMA<sup>14</sup>, la *European Scientific Cooperative on Phytotherapy* (ESCO<sup>15</sup>), la Organización Mundial de la Salud (OMS)<sup>16</sup> y Vanaclocha, et al.<sup>17</sup>. Ninguna de las especies vegetales revisadas aparece en la lista de sustancias dopantes de la *World Anti-Doping Agency*<sup>18</sup>.

No existe experiencia en el uso de fitoterapia ni para la prevención ni para el tratamiento de COVID-19, más allá del alivio de los síntomas leves similares a los de resfriado o gripe. Las sustancias vegetales de las plantas medicinales tienen una composición compleja de principios activos (pueden llegar a contener cientos de moléculas activas), por lo que una misma planta puede tener actividad sobre distintos órganos o síntomas y para un mismo síntoma podemos encontrar distintas sustancias vegetales útiles<sup>19</sup>.

Además, muchas plantas medicinales pueden tener actividad sinérgica o complementaria, por lo que a menudo se presentan en productos de combinación de varias plantas.

En cuanto a los productos fitoterápicos que se comercializan, podemos encontrar básicamente tres tipos según el tipo de posicionamiento legal: medicamentos tradicionales a base de plantas (normativa: Ley 29/2006<sup>20</sup>, Real Decreto [RD] 1345/2007<sup>21</sup> y RD 1/2015<sup>22</sup>), complementos alimenticios (normativa: RD 1487/2009<sup>23</sup>) y RD 130/2018<sup>24</sup>, no está desarrollada en España ni en la legislación comunitaria la parte de plantas, pero existen países con normativa propia y si un producto tiene la

**Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19**

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

**❖ INFORMES Y OPINIONES**

consideración de complemento alimenticio en algún país de la Unión Europea puede comercializarse en todos los países comunitarios por reconocimiento mutuo, previa notificación de puesta en el mercado) y productos sanitarios (normativa: RD 1591/2009 y Reglamento [Unión Europea] 2017/745<sup>25</sup>).

Las plantas más utilizadas son las que tienen acción descongestiva y protectora de las mucosas (nasal, orofaríngea y bronquial), las que tienen acción antiinflamatoria local, las que alivian la tos (antitusivas, mucolíticas, balsámicas y expectorantes) y las que tienen acción sobre el sistema inmunitario.

A continuación, se tratarán las sustancias vegetales más utilizadas por tipo de acción, para relacionar luego aquellas que son útiles para cada uno de los distintos síntomas (dolor de garganta, tos, etc.) o utilidad en prevención. Aquellas que se marcan con un asterisco tienen indicación aprobada para aliviar síntomas del resfriado en la monografía de la EMA<sup>14</sup>.

La figura 3 resume las principales especies vegetales para la prevención y tratamiento sintomático de la gripe y el resfriado.

**Plantas con mucílagos**

Tienen un efecto demulcente y ejercen una acción protectora local, igual que hacen las mucosidades en las membranas mucosas. Protegen así las mucosas del tracto respiratorio (nariz, garganta y bronquios) de los agentes irritativos. Además, recubren los receptores de la tos de los estímulos de las partículas irritantes que causan la tos seca irritativa. Poseen también una acción hidratante de las mucosas, pues estos geles son capaces de ceder agua, lo que ayuda a que el moco se fluidifique y se expulse más fácilmente y a que la mucosa irritada se recupere de forma fisiológica. Algunas de las plantas con mucílagos contienen otros componentes activos con actividades complementarias (antimicrobiana, suavemente sedante, antitusiva, etc.).

Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ INFORMES Y OPINIONES



**Figura 3:** Tratamiento sintomático con fitoterápicos

Asimismo, sirven para aliviar la irritación y el dolor de garganta, debido también a esta acción demulcente, protectora e hidratante, y para aislar la mucosa nasal de microorganismos, polvo, alérgenos, etc.

Las especies vegetales más utilizadas son aloe (*Aloe vera*), gel del parénquima foliar; altea\* o malvavisco (*Althaea officinalis*), raíz y hoja; amapola (*Papaver rhoeas*), pétalos; gordolobo\* (*Verbascum thapsus*), flores; liquen de Islandia\* (*Cetraria islandica*), tallos; llantén\* (*Plantago lanceolata* y *Plantago major*), hojas; malva (*Malva sylvestris*), flores y hojas; y musgo de Irlanda (*Chondrus crispus*), tallos.



**Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19**

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ **INFORMES Y OPINIONES****Plantas con saponinas**

En pequeñas cantidades, tienen un efecto ligeramente irritante para el tracto gastrointestinal, que por acción refleja (mediada por el nervio vago) induce la secreción bronquial. Además, al entrar en contacto con el moco, las saponinas disminuyen su tensión superficial, lo que lo fluidifica (efecto mucolítico) y facilita su expulsión (acción expectorante). Están indicadas en la tos mucosa al fluidificar el moco y facilitar su expectoración.

Las especies vegetales más utilizadas son grindelia\* (*Grindelia robusta*), sumidad florida; hiedra\* (*Hedera helix*), hojas; polígala\* (*Polygala senega*), raíces y rizomas; prímula\* o primavera (*Primula veris* [L.]), raíz y rizoma; y regaliz (*Glycyrrhiza glabra* [L.]), raíz.

**Plantas con aceites esenciales, flavonoides y otros componentes**

Los aceites esenciales tienen en común la acción antimicrobiana. Algunos tienen propiedades balsámica, antitusiva o expectorante y descongestiva de las vías respiratorias. Los aceites esenciales inhalados actúan localmente sobre las vías respiratorias. Algunos aceites esenciales (como los de eucalipto, menta, pino, abeto, etc.) administrados por vía oral se eliminan también por vía respiratoria ejerciendo un efecto antiséptico, expectorante o antitusivo y descongestivo.

Las especies vegetales con aceites esenciales más utilizadas son abeto (*Abies alba*), brotes y hojas; anís (*Pimpinella anisum*), frutos; eucalipto (*Eucalyptus globulus* y otras especies), hojas; hinojo (*Foeniculum vulgare*, variante dulce y amarga), frutos; pino (*Pinus*), brotes y hojas; salvia (*Salvia officinalis*), hojas; y tomillo (*Thymus vulgaris*), sumidad florida.

Los flavonoides tienen fundamental acción antiinflamatoria.

Aquí encontramos, principalmente, marrubio (*Marrubium vulgare*), sumidad florida, y saúco (*Sambucus nigra*), flor y frutos.

**Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19**

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

**❖ INFORMES Y OPINIONES**

La resina del bálsamo de Tolú (*Balsamum toluatanum*) forma parte de la composición de muchos jarabes para la tos, combinada con otras especies vegetales porque, por su contenido en triterpenos, tiene acción antiséptica, antitusiva y expectorante.

**EL PAPEL DEL FARMACÉUTICO****La necesidad de actualización y formación en el contexto actual**

Todavía se desconoce el impacto que el brote de COVID-19 (y las medidas aplicadas en consecuencia en todas las áreas de la sociedad: distancia social, mascarillas, limitación de aforo en establecimientos, pantallas protectoras, etc.) puede tener sobre la incidencia y características de las próximas temporadas de gripe y resfriado.

En el contexto actual es crítico que el farmacéutico comunitario sea capaz de identificar adecuadamente los síntomas de gripe y resfriado y diferenciarlos de otras entidades. Para realizar una buena indicación farmacéutica, el farmacéutico debe acostumbrarse a implantar y utilizar protocolos como método de trabajo. No es más que llevar a cabo de una manera ordenada los pasos de un determinado proceso. Tiene que ser sencillo, completo, actualizado y breve. Nos tiene que aportar la máxima información sobre el problema de salud con el mínimo de preguntas<sup>26</sup>.

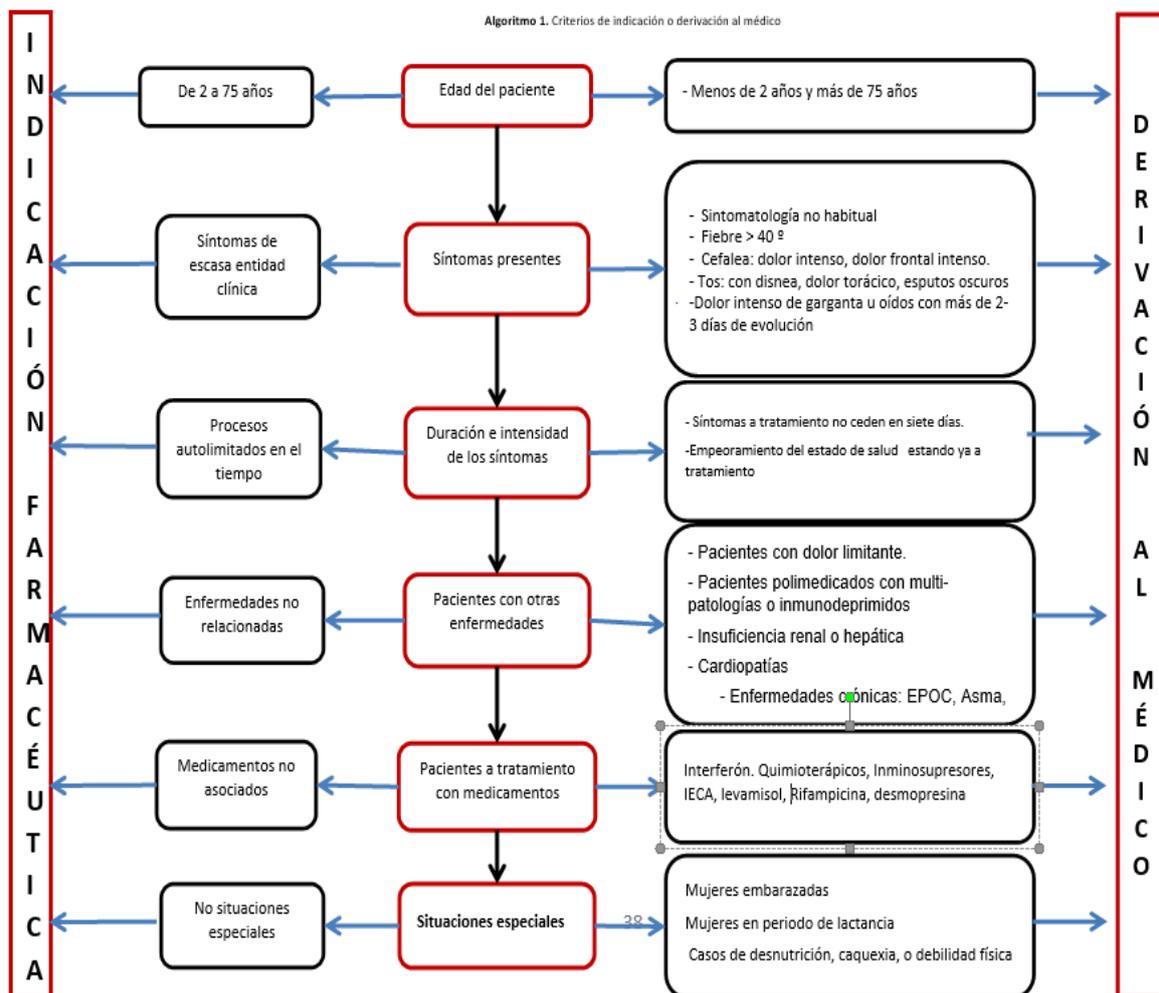
Formaciones teórico-clínicas en la materia, apoyadas por protocolos de actuación, casos prácticos (con *power voting*) y preguntas frecuentes, organizadas en los Colegios Farmacéuticos de Barcelona, Madrid y Valencia han tenido muy buena acogida por los más de 250 farmacéuticos participantes, recogándose en las encuestas de evaluación que la formación cubrió sus expectativas (el programa científico fue valorado como bueno/muy bueno/excelente por el 97,17% de los participantes en la encuesta), la recomendarían y deberían repetirse nuevas ediciones. Es necesario explorar estas y otras formas de formación (aprovechando por ejemplo, los nuevos formatos a

Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ INFORMES Y OPINIONES

distancia/*online* disponibles actualmente) para ayudar al farmacéutico comunitario en la toma de decisiones para una indicación Farmacéutica óptima y una derivación oportuna.



Algoritmo 1: Criterios de indicación o derivación al médico



**Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19**

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ **INFORMES Y OPINIONES****Actuación ante una consulta o solicitud**

Ante la solicitud de un medicamento para la gripe o para un resfriado, el farmacéutico, tras analizar los síntomas, debe hacer una evaluación diferencial y determinar si el problema de salud requiere tratamiento médico, con lo que decidirá su derivación; o si por el contrario es un proceso autolimitado y se responsabiliza de la selección de un medicamento que no necesita receta médica, con el objetivo de aliviar los síntomas que ocasionan el problema de salud a instancias del paciente. El algoritmo 1 resume en qué situaciones es necesaria una derivación al médico y en qué situaciones es posible la indicación farmacéutica.

La actuación del farmacéutico constará de tres fases:

1. Lo primero será hacer un análisis de los síntomas y confirmar que se trata de una gripe o un resfriado y no de otra patología (un proceso alérgico, por ejemplo).

Por lo tanto, habrá que determinar si se trata de una dolencia banal o si requiere derivar al médico; para ello haremos una serie de preguntas que nos van a orientar. El mnemotécnico PASITAMAE<sup>27</sup> describe los principales aspectos a cubrir, como muestra la tabla 6.

2. Con toda la información valoramos si derivamos al paciente al médico o no. Aun derivando al paciente al médico, le daremos toda la información posible y le recomendaremos medidas preventivas e higiénicas.

¿Qué criterios tendremos en cuenta para derivar al paciente al médico?

- Edad del paciente: menos de 2 años y más de 75 años.
- Embarazo o lactancia.
- Síntomas y duración de estos.
- Cefalea intensa, dolor frontal que empeora al inclinar o girar la cabeza, rigidez de cuello.

Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ INFORMES Y OPINIONES

- Pacientes con otras patologías, sobre todo crónicas: diabetes, asma, enfermedad pulmonar obstructiva crónica, sida y cardiopatías.
- Insuficiencia renal o hepática.
- Pacientes con otros tratamientos farmacológicos. Pacientes polimedicados.
- Paciente en tratamiento que no mejora (o sufre empeoramiento).
- Síntomas no habituales, fiebre de más de 40 °C, disnea, dolor de oídos, cefalea frontal, dolor facial, dolor de tipo cólico, tos con esputos oscuros, etc.
- Síntomas compatibles con COVID-19.

<b>PA</b> (paciente)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>¿Quién tiene el problema?</b> Es importante determinar si se trata de la persona que viene a la farmacia u otra persona diferente.</li> <li>• <b>Edad.</b> ¿Es un niño, un adulto o un anciano?</li> <li>• <b>Sexo.</b> Si es mujer, ¿está embarazada o ha tenido un parto reciente?</li> </ul>
<b>SI</b> (Síntomas)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>¿Qué síntomas presenta?</b> ¿Fiebre, malestar, estornudos, rinorrea, etc.? Nos van a orientar sobre la posible patología.</li> </ul>
<b>T</b> (tiempo de evolución)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>¿Hace cuánto tiempo que padece esos síntomas? ¿Se presentan con frecuencia? ¿Inicio brusco?</b> Nos orientará sobre otras posibles enfermedades.</li> </ul>
<b>A</b> (acciones llevadas a cabo hasta ese momento)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>¿Ya ha tomado medicación para tratar estos síntomas en esta ocasión? ¿Y otras veces?</b></li> <li>• <b>¿Ha estado en lugares cerrados, ambientes cargados o sitios concurridos?</b></li> <li>• <b>¿Ha estado en contacto con pacientes con estas enfermedades?</b></li> </ul>
<b>M</b> (Medicamento)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>¿Está tomando medicamentos para otras enfermedades u otros tratamientos?</b></li> </ul>
<b>A</b> (Alergias)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>¿Es alérgico a medicamentos?</b></li> </ul>
<b>E</b> (Enfermedades)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>¿Padece otras enfermedades? ¿Crónicas?</b></li> </ul>

**Tabla 6:** Preguntas a realizar previamente a la dispensación.

3. Una vez que constatamos que no se cumplen las premisas anteriores y decidimos que el problema de salud es banal, la actitud del farmacéutico será dar la máxima



**Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19**

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

**❖ INFORMES Y OPINIONES**

información al paciente advirtiéndole de que el tratamiento es sintomático, aconsejándole medidas preventivas y paliativas que mejorarán su estado de salud y, si es necesario, tratamiento farmacológico.

Existen multitud de principios activos indicados para aliviar los síntomas del resfriado y la gripe que forman parte, asimismo, de diferentes preparados galénicos. La elección de estos dependerá de los síntomas manifestados, de la edad y de la posible interacción con otra medicación ya establecida en el paciente. Es importante, en las formas efervescentes, evaluar su indicación en caso de insuficiencia renal, hepática o cardiopatía, ya que podría producir descompensaciones. En caso de gripe en personas con predisposición a tener complicaciones, se debe derivar al médico y aplicar cuidados especiales.

**BIBLIOGRAFÍA**

1. Gad3, CGCOF, COVIFAR. El papel de la Farmacia en la crisis del Covid-19 [Internet]. gad3. [cited 2020 Jun 22]. Disponible en: <https://www.gad3.com/single-post/2020/05/14/La-Farmacia-ha-prestado-asistencia-a-mas-de-30-millones-de-personas-en-el-primer-mes-de-confinamiento>
2. Consejo general de colegios oficiales de farmacéuticos (CGCOF). Buenas Prácticas en Farmacia Comunitaria en España 16: Gestión de crisis sanitarias y situaciones de emergencia desde la farmacia comunitaria. Procedimiento de actuación en la farmacia comunitaria para la contención de la propagación del COVID-19. [Internet]. Consejo general de colegios oficiales de farmacéuticos.; 2020. Disponible en: <https://www.portalfarma.com/Profesionales/campanaspf/Asesoramiento-salud-publica/infeccion-coronavirus-2019-nCoV/Documents/Procedimiento-actuacion-farmacia-comunitaria-infeccion-covid19.pdf>
3. Eccles R, Turner RB, Dicipinigitis PV. Treatment of acute cough due to the common cold: multicomponent, multi-symptom therapy is preferable to single-component, single-symptom therapy--a pro/con debate. *Lung* 2016;194:15-20. doi: 10.1007/s00408-015-9808-5.
4. Esteva Espinosa E. Gripe. *Offarm* 2007;26:11-143.
5. Faus Dáder MJ, Gómez Martínez JC, Martínez Martínez F, Climent Catalá MT. Protocolos de indicación farmacéutica y criterios de derivación al médico en síntomas menores. Granada: Editorial Técnica Avicam; 2018.
6. Simancas Racines D, Franco JV, Guerra CV, Félix ML, Hidalgo R, Martínez Zapata MJ. Vaccines for the common cold. *Cochrane Database Syst Rev* 2017 May 18;5:CD002190. doi: 10.1002/14651858.CD002190.pub5

## Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

## ❖ INFORMES Y OPINIONES

7. Andrés Rodríguez NF, Fornos Pérez JA, Mera Gallego R, Barreiro Juncal M, Vérez Coteló N, Prunell Hombre M, et al. Guía para el servicio de indicación farmacéutica. Vigo: Cofano; 2016.
8. Colegio Oficial de Farmacéuticos de A Coruña. Protocolo de gripe y catarro. 2010.
9. EMA gives advice on the use of non-steroidal anti-inflammatories for COVID-19. EMA/136850/2020 [Internet]. 2020. Disponible en: <https://www.ema.europa.eu/en/news/ema-gives-advice-use-non-steroidal-anti-inflammatories-covid-19>. doi: 10.1136/dtb.2020.000021
10. Lund LC, Kristensen KB, Reilev M, Christensen S, Thomsen RW, Christiansen CF, et al. Adverse Outcomes and Mortality in Users of Non-Steroidal Anti-Inflammatory Drugs tested positive for SARS-CoV-2: A Danish Nationwide Cohort Study. medRxiv. 2020 Jan 1; doi: 2020.06.08.20115683.
11. Presidencia D. No hay evidencia clínica ni científica para suspender tratamientos de IECA y ARA debido a la infección por COVID-19 [Internet]. Sociedad Española de Cardiología. [cited 2020 Jul 24]. Disponible en: <https://secardiologia.es/institucional/socios/comunicados/comunicados-oficiales/11446-no-hay-evidencia-clinica-ni-cientifica-para-suspender-tratamientos-de-ieca-y-ara-debido-a-la-infeccion-por-covid-19>
12. Delgado de Pablo A. Atención farmacéutica en el resfriado común. 2013. Disponible en: <http://147.96.70.122/Web/TFG/TFG/Memoria/ALBERTO%20DELGADO%20DE%20PABLO.pdf>. Último acceso: 15 de octubre de 2020.
13. Beitia G, Irujo M. Manual de práctica farmacéutica. Pamplona: Unidad docente de farmacia pediátrica; 2006.
14. European Union monographs and list entries. Disponible en: URL: [https://www.ema.europa.eu/en/medicines/field\\_ema\\_web\\_categories%253Aname\\_field/Herbal/field\\_ema\\_herb\\_outcome/european-union-herbal-monograph-254](https://www.ema.europa.eu/en/medicines/field_ema_web_categories%253Aname_field/Herbal/field_ema_herb_outcome/european-union-herbal-monograph-254). Último acceso: octubre de 2020.
15. European Scientific Cooperative on Phytotherapy. ESCOP monographs The Scientific Foundation for Herbal Medicinal Products. 2.a ed. Exeter: ESCOP; Stuttgart: Georg Thieme Verlag; New York: Thieme New York; 2009. doi:10.1002/ptr.3112.
16. WHO Monographs on medicinal plants commonly used in the Newly Independent States (NIS). Geneva: WHO, 2010. 450 p.
17. Vanaclocha B, Cañigual S (editores). Fitoterapia, vademécum de prescripción. 5.a ed. Barcelona: Elsevier; 2019.
18. World Anti-Doping Agency. Lista de sustancias dopantes. Disponible en: URL: <https://www.wada-ama.org/es/lo-que-esta-prohibido?>. Último acceso: 15 de octubre de 2020.
19. Zalmanovici Trestioreanu A, Barua A, Pertzov B. Cyclamen europaeum extract for acute sinusitis. Cochrane Database Syst Rev 2018;5:CD011341. doi: 10.1002/14651858.CD011341.pub2
20. Ley 29/2006, de 26 de julio, de garantías y uso racional de los medicamentos y productos sanitarios. Disponible en: URL: <https://www.boe.es/buscar/pdf/2006/BOE-A-2006-13554-consolidado.pdf>. Último acceso: octubre de 2020.
21. RD 1345/2007 por el que se regula el procedimiento de autorización, registro y condiciones de dispensación de los medicamentos de uso humano fabricados industrialmente. Disponible en: URL: <https://www.boe.es/buscar/pdf/2007/BOE-A-2007-19249-consolidado.pdf>. Último acceso: octubre de 2020.
22. RD 1/2015, por el que se aprueba el texto refundido de la Ley de garantías y uso racional de los medicamentos y productos sanitarios. Disponible en: URL: <https://www.boe.es/boe/dias/2015/07/25/pdfs/BOE-A-2015-8343.pdf>. Último acceso: octubre de 2020.

**Indicación farmacéutica en gripe y resfriado en el contexto del COVID-19**

Osorio Alonso MJ, Brizuela Rodicio LA

❖ **INFORMES Y OPINIONES**

23. RD 1487/2009. Relativo a los complementos alimenticios. Disponible en: URL: <https://www.boe.es/buscar/pdf/2009/BOE-A-2009-16109-consolidado.pdf>. Último acceso: octubre de 2020.
24. RD 130/2018, por el que se modifica el RD 1487/2009, relativo a complementos alimenticios. Disponible en: URL: <https://www.boe.es/boe/dias/2018/03/27/pdfs/BOE-A-2018-4245.pdf> Último acceso: octubre de 2020.
25. Reglamento (UE) 2017/745 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 5 de abril de 2017. Disponible en: URL: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/ES/TXT/PDF/?uri=CELEX:32017R0745&from=ES> . Último acceso: octubre de 2020.
26. Penín Álvarez O. Abordaje de la gripe y el resfriado en farmacia comunitaria. En: Ciclo de Indicación Farmacéutica en el Colegio Oficial de Farmacéuticos de Ourense. SEFAC; 2019.
27. Foro de Atención Farmacéutica. Guía práctica para los Servicios Profesionales Farmacéuticos Asistenciales en la Farmacia Comunitaria. Madrid: Medea; 2019.
28. Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19) [Internet]. [cited 2020 Jul 23]. Disponible en: <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>
29. Centro de Coordinación de Alertas y Emergencias Sanitarias . Actualización no 40. Enfermedad por el coronavirus (COVID-19). 20 de marzo de 2020.
30. Consejo general de colegios farmacéuticos. Procedimiento de detección precoz de pacientes con infección activa por SARS-CoV-2 en la Farmacia Comunitaria.
31. Centro de Coordinación de Alertas y Emergencias Sanitarias. Dirección General de Salud Pública, Calidad e Innovación. Documento técnico. Manejo en Urgencias del COVID-19. Versión de 26 de junio de 2020. 2020.
32. Ministerio de Salud. Guía de actuación para personas con condiciones de salud crónicas y personas mayores en situación de confinamiento, estado de alarma por COVID-19. 2020.
33. Fisterra. Guía clínica de gripe. Disponible en: URL: <https://www.fisterra.com/guias-clinicas/gripe/>. Último acceso: octubre de 2020.

**Agradecimientos**

Los autores quisieran agradecer a Carlos Masdeu (Profármaco2 S.L., Barcelona, España) por su apoyo editorial. Este servicio fue financiado por Bayer España.

Las opiniones expresadas en este artículo se basan únicamente en la evidencia científica y en la experiencia y las opiniones de los autores.