

Una protección fácil y efectiva contra el COVID-19

Análisis escrito por [Dr. Joseph Mercola](#)

✓ Datos comprobados

HISTORIA EN BREVE

- › Un simple aerosol para la boca y la nariz que contiene povidona yodada (PVP-I) podría actuar como un escudo efectivo para protegerlo contra el COVID-19
- › El PVP-I es un agente microbicida con una eficacia del 99.99 % para inactivar los virus
- › Cuando se aplica el aerosol por vía oronasal, actúa como una capa protectora que recubre la mucosa nasal y oral, lo que ayuda a evitar que el SARS-CoV-2 se una a los receptores ACE2 y acceda a sus células
- › En un ensayo clínico que aún no se ha publicado, una solución de PVP-I al 0.6 % tuvo una tasa de efectividad de alrededor del 81.5 % con “casi ninguna irritación en la mucosa”
- › Se descubrió que las soluciones de povidona yodada inactivan el SARS-CoV-2 en tan solo 15 segundos y reducen la transmisión del SARS-CoV-2 contagioso en personas con COVID-19 de leve a moderado
- › El peróxido de hidrógeno nebulizado diluido con solución salina normal, más yodo de Lugol, también se puede utilizar ante cualquier sospecha de infección respiratoria; y cuanto antes se empiece, mucho mejor

Un simple aerosol para la boca y la nariz podría actuar como una protección contra el COVID-19, lo que agrega una herramienta más a las opciones antivirales. La solución fue recomendada por el Dr. Mostafa Kamal Arefin del *Dhaka Medical College & Hospital* en Bangladesh e incluye polivinilpirrolidona o povidona yodada (PVP-I), un agente microbicida con una efectividad del 99.99 % para inactivar los virus.¹

Escribiendo en el *Indian Journal of Otolaryngology and Head & Neck Surgery*, Arefin recomendó el aerosol por vía oronasal PVP-I para los trabajadores de la salud y cualquier otra persona para ayudar a prevenir el COVID-19,² lo cual reitera una serie de otros estudios que también encontraron beneficios para hacer gárgaras, irrigación nasal y nebulización de PVP-I y de otros compuestos, incluyendo el yodo de Lugol, la solución salina y el peróxido de hidrógeno.³

Cómo los aerosoles por vía oronasal podrían protegerlo del COVID-19

El aerosol por vía oronasal de Arefin está hecho de una solución de PVP-I al 0.6 %, la cual se mantiene en un “dispositivo de spray nasal simple”. La fórmula en aerosol funciona mejor que las gotas, anotó, porque permite que el ingrediente activo se disperse mejor y llegue a áreas más profundas de la nariz y la nasofaringe, que es la parte superior de la garganta detrás de la nariz. Cuando se aplica el spray por vía oronasal actúa como una capa protectora que recubre la mucosa nasal y oral.

Por lo general, si se expone al SARS-CoV-2, ingresará a su cuerpo a través de la nariz y la boca, y permanecerá allí por un tiempo antes de unirse a los receptores ACE2 y entrar a las células. Una vez que el virus ingresa a sus células, tiene la oportunidad de multiplicarse.

“El primer paso en el desarrollo de las infecciones del tracto respiratorio superior [URTI, por sus siglas en inglés], es la adherencia y colonización del patógeno respiratorio a la mucosa nasofaríngea y orofaríngea. Suponiendo que la entrada de dichos patógenos es por la vía nasal y oral, la aplicación intranasal e intraoral de povidona yodada ofrece una medida práctica para prevenirla”, escribe Arefin.⁴

Al crear un escudo protector, el aerosol ayuda a evitar que el SARS-CoV-2 se una a los receptores ACE2 y que acceda a sus células. En un ensayo clínico que aún no ha sido publicado,⁵ Arefin y sus colegas obtuvieron resultados positivos al utilizar un aerosol por vía oronasal de PVP-I al 0.6 % en 189 pacientes con COVID-19. La solución al 0.6 %

tuvo una tasa de efectividad de alrededor del 81.5 %, que fue mayor que la de otras concentraciones (0.4 % y 0.5 %) y “casi no irritó la mucosa”.⁶

La povidona yodada inactiva el SARS-CoV-2

Las gárgaras, aerosoles para la garganta y aerosoles nasales de PVP-I ya están disponibles sin receta en países como Japón y Canadá.⁷ En Japón está disponible un aerosol para la garganta con PVP-I al 0.45 % para prevenir resfriados y dolores de garganta, mientras que hacer gárgaras con el compuesto es parte de las pautas respiratorias nacionales.⁸

Un estudio realizado en 2002, durante el cual se pidió a los pacientes que hicieran gárgaras más de cuatro veces al día con una solución de PVP-I, durante varios meses hasta dos años, descubrió que la práctica redujo la incidencia de infecciones respiratorias crónicas.⁹ En un estudio preliminar que también abogó por el uso de aerosoles nasales y enjuagues bucales de PVP-I, para proteger a los trabajadores de la salud y reducir las infecciones cruzadas durante la pandemia de COVID-19, se explica lo siguiente:¹⁰

“La acción antimicrobiana de la PVP-I ocurre después de que el yodo libre (I₂) se separa del complejo polimérico. Una vez en su forma libre, el yodo penetra muy rápido los microbios, altera las proteínas y oxida las estructuras de los ácidos nucleicos. Esta interacción provoca la muerte microbiana”.

Se descubrió que la PVP-I es efectiva in vitro contra los coronavirus que causaron la epidemia del síndrome respiratorio agudo severo (SARS) de 2002 a 2003 y la epidemia del síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS) de 2012 a 2013.¹¹

También se descubrió que las soluciones de povidona yodada inactivan el SARS-CoV-2 en tan solo 15 segundos¹² y reducen el transporte del SARS-CoV-2 contagioso en personas con COVID-19 de leve a moderado.¹³ En otro estudio sobre la irrigación nasal entre pacientes de alto riesgo con COVID-19, el uso de povidona yodada o bicarbonato

de sodio disminuyó ocho veces el riesgo de hospitalización en comparación con la tasa nacional.¹⁴

En una carta al editor de la revista *Journal of Otolaryngology, Head & Neck Surgery*, los investigadores señalaron lo siguiente:¹⁵

“Debido a que el reservorio para el desprendimiento de SARS-CoV-2 está en la nasofaringe y en la cavidad nasal y oral, la aplicación de agentes viricidas a estas superficies podría reducir la carga del virus.

Muchos estudios han confirmado que la povidona yodada inactiva muchos virus respiratorios comunes, incluyendo el SARS-CoV-1. La povidona yodada también tiene un buen perfil para ser tolerada por la mucosa. Por ello, proponemos un protocolo de tratamiento profiláctico para la aplicar la povidona yodada por vía tópica en el tracto aerodigestivo superior”.

Beneficios y cómo usar el aerosol PVP-I oronasal

El uso por vía nasal del aerosol de PVP-I al 0.6 % es económico, seguro y efectivo contra los coronavirus, incluyendo al SARS-CoV-2. Puede usarse en personas sanas como un agente protector y también en personas con COVID-19 para reducir la carga viral y el potencial de transmitir el virus a contactos cercanos.

Los efectos secundarios, que incluyen irritación en la mucosa, coloración de los dientes y mala función de la tiroides, son muy mínimos. Al menos un estudio, que usó enjuagues bucales con PVP-I para hacer gárgaras cuatro veces al día, durante cinco días, encontró un aumento en la hormona estimulante de la tiroides durante el tratamiento, pero los niveles volvieron a la normalidad después de suspenderlo.¹⁶

Arefin recomienda el aerosol tanto para los trabajadores de la salud como para la población en general, antes de asistir a reuniones públicas o de trabajar fuera del hogar, al igual que después de exponerse a una persona sospechosa de COVID-19. Aconseja dos o tres inhalaciones en cada fosa nasal y una o tres inhalaciones por la garganta

cada tres o cuatro horas. Después de cada una o dos semanas de uso, recomienda tomar un descanso de un día del tratamiento.¹⁷

Sin embargo, existen muchas formas de usar la irrigación nasal, las gárgaras y la nebulización contra el COVID-19. Por ejemplo, el Dr. Peter McCullough, internista, cardiólogo y epidemiólogo, tuiteó lo siguiente: “Los lavados con viricidas en las fosas nasales/orales se pueden realizar de forma profiláctica dos veces al día y hasta cada 4 horas durante el tratamiento inicial. Para reducir la carga viral y así sufrir enfermedades menos graves”.¹⁸

La organización *Front Line COVID-19 Critical Care Working Group* (FLCCC) también recomienda la povidona yodada como parte de su protocolo I-Mask+ para prevenir y tratar de forma ambulatoria el COVID-19. Parte de su protocolo para prevenir incluye hacer gárgaras dos veces al día con una solución de povidona/yodo al 1 %, mientras que el aerosol o las gotas de yodo en las fosas nasales se recomiendan como uno de los agentes de primera línea en su protocolo de tratamiento temprano. En concreto, recomiendan lo siguiente:¹⁹

“Utilizar un producto comercial de povidona yodada al 1 %, según las instrucciones, 2 o 3 veces al día. Si el producto al 1 % no está disponible, primero debe diluir la solución al 10 % y aplicar de 4 a 5 gotas en cada fosa nasal cada 4 horas. (No más de 5 días durante el embarazo.)”

Es importante destacar que las soluciones de povidona yodada que se venden como desinfectantes tópicos para la piel y tratar cortes y heridas, no son adecuadas para hacer gárgaras debido a los ingredientes dañinos.

Peróxido de hidrógeno nebulizado para el COVID-19

Como mencioné en mi entrevista anterior con el Dr. David Brownstein, traté con éxito a cientos de pacientes con COVID-19 con estrategias que estimulan el sistema inmunológico, como el peróxido de hidrógeno por vía intravenosa o nebulizado, yodo, vitaminas A, C y D orales y ozono por vía intramuscular. En un reporte de caso de 107

pacientes confirmados con COVID-19 que el Dr. Brownstein trató con éxito, 91 (85 %) utilizaron peróxido nebulizado diluido con solución salina normal, más yodo de Lugol. Como se explica en el artículo de Brownstein:²⁰

“Se mezcló una solución de 250 cc de solución salina normal con 3 cc de peróxido de hidrógeno al 3 %, lo que proporcionó una concentración final de peróxido de hidrógeno al 0.04 %. Además, a la solución salina de 250 cc/bolsa de peróxido de hidrógeno se le añadió 1 cc de cloruro de magnesio (200 mg/ml). (Primero se preparó la mezcla y posteriormente, se le dio a cada paciente).

Se les indicó que nebulizaran 3 cc de la mezcla tres veces al día o con mayor frecuencia si tenían problemas respiratorios. Por lo general, se informó que uno o dos tratamientos con nebulizaciones mejoraron los problemas respiratorios y no reportaron efectos adversos. Hemos utilizado solución salina nebulizada/peróxido de hidrógeno a esta concentración durante más de dos décadas.

Las mitocondrias producen grandes cantidades de peróxido de hidrógeno en el cuerpo humano. Todas las células del cuerpo están expuestas a cierto nivel de peróxido de hidrógeno. Se sabe que los pulmones producen peróxido de hidrógeno. Se demostró que el peróxido de hidrógeno nebulizado produce actividad antiviral. El COVID-19 deteriora los linfocitos, mientras que el peróxido de hidrógeno tiene la capacidad de reactivarlos”.

Adopté el peróxido nebulizado desde que surgió la pandemia de COVID-19 y he recibido muchos informes anecdóticos de personas que lo han utilizado con éxito, incluso en etapas más avanzadas. De acuerdo con la experiencia de Brownstein, ahora también recomiendo agregar yodo al nebulizador, ya que parece hacerlo aún más efectivo.

La dilución adecuada es la clave para hacerlo seguro

La mayoría de las personas pueden hacer gárgaras e inhalaciones por vía nasal con povidona yodada y peróxido nebulizado diluido con solución salina, con o sin yodo, tanto para prevenir como en casos de infección activa, siempre que las sustancias estén diluidas de forma correcta.

Por ejemplo, mientras que la nebulización con peróxido de hidrógeno del 0.1 % al 3 % parece ser bastante segura, sería un peligro muy grave usar peróxido en concentraciones mayores. Se puede obtener peróxido de grado alimenticio con una concentración de hasta el 35 %, pero NUNCA se debe usar por vía tópica o interna. DEBE diluirse, de lo contrario podría causar daños. La mejor opción es utilizar peróxido de grado alimenticio al 3 % y diluirlo como se lo indico en la siguiente gráfica, lo que dará como resultado una solución al 0.1 %.

Concentración inicial de peróxido	Peróxido de hidrógeno	+	Solución salina	=	Concentración final de peróxido
3%	1/4 cucharaditas	+	7 1/4 cucharaditas	=	0.1%
12%	1/4 cucharaditas	+	5 onzas	=	0.1%
36%	1/4 cucharaditas	+	15 onzas	=	0.1%

Es interesante señalar que incluso la nebulización con solución salina normal podría ser un tratamiento efectivo para la bronquiolitis viral aguda, una infección viral en las vías respiratorias pequeñas de los pulmones.²¹ Entonces, aunque la solución salina se considera la sustancia "inerte" en la solución y a menudo se usa como un placebo en los ensayos que evalúan los medicamentos nebulizados, podría tener sus propios beneficios.

Recomiendo utilizar peróxido nebulizado ante cualquier sospecha de infección respiratoria, y cuanto antes, mucho mejor. No corre ningún riesgo en hacerlo todos los días si está expuesto con frecuencia, e incluso podría haber s beneficios adicionales, como un rápido aumento en el nivel de oxígeno en la sangre.

Es importante comprender que este es un protocolo que debe implementar ANTES de intentar tratar el COVID. Dado que el tratamiento a tiempo es vital, de preferencia desde el primer día, debe tener el nebulizador y los productos en su casa listos para usar. Le recomiendo que evite utilizar un nebulizador de batería y mejor opte por una unidad que se conecta a la electricidad.

Puede encontrarlos en eBay o Amazon, pero asegúrese de que tengan una máscara facial y no solo una boquilla, ya que la nebulización no solo tiene que llegar a la nariz, sino también a los pulmones, ya que muchos de los virus se alojan allí, por lo que si usa una boquilla no hay manera de que llegue a estas partículas virales.

Fuentes y Referencias

- ^{1, 2, 4} [Indian J Otolaryngol Head Neck Surg. 2021 Apr 8 : 1–6](#)
- ^{3, 20} [Science, Public Health Policy, and the Law July 2020; 2: 4-22 \(PDF\)](#)
- ⁵ [ClinicalTrials.gov, Virucidal Effect of Povidone Iodine on COVID-19 In-Vivo September 16, 2020](#)
- ^{6, 8} [Indian J Otolaryngol Head Neck Surg. 2021 Apr 8 : 1–6. Oro-Nasal Spray](#)
- ⁷ [Indian J Otolaryngol Head Neck Surg. 2021 Apr 8 : 1–6. Safety of PVP-I Oro-Nasal Spray](#)
- ⁹ [Dermatology. 2002;204 Suppl 1:32-6. doi: 10.1159/000057722](#)
- ¹⁰ [Research Gate January 2020](#)
- ¹¹ [Am J Otolaryngol. 2020 September-October; 41\(5\): 102618](#)
- ^{12, 13} [JAMA Otolaryngol Head Neck Surg. 2021;147\(4\):400-401. doi:10.1001/jamaoto.2020.5490](#)
- ¹⁴ [medRxiv December 8, 2021](#)
- ¹⁵ [Journal of Otolaryngology - Head & Neck Surgery volume 49, Article number: 77 \(2020\)](#)
- ¹⁶ [JAMA Otolaryngol Head Neck Surg. 2021;147\(4\):400-401. doi:10.1001/jamaoto.2020.5490. Discussion](#)
- ¹⁷ [Indian J Otolaryngol Head Neck Surg. 2021 Apr 8 : 1–6. Benefits of PVP-I Oro-Nasal Spray in Brief](#)
- ¹⁸ [Twitter, Peter McCullough December 22, 2021](#)
- ¹⁹ [FLCCC Alliance, I-Mask+](#)
- ²¹ [EMPR.com February 6, 2020](#)