



Ayer empezó a regir nuevamente el uso obligatorio de tapabocas en los servicios de urgencia: Además de la mascarilla, retomar otras medidas sanitarias es clave ante alta circulación de virus

Lavarse las manos de manera efectiva, tener las vacunas al día y ventilar los espacios adecuadamente vuelven a ser esenciales para evitar infectarse.

JANINA MARGANO

Las mascarillas están de vuelta en Chile desde ayer en los servicios de urgencia, según estipula la nueva alerta sanitaria que el Ministerio de Salud decretó hace varios días.

La medida tiene relación con el aumento de la circulación de patógenos como la influenza, el SARS-CoV-2 y el virus respiratorio sincicial. Según se publicó en el Diario Oficial, la norma tendrá vigencia hasta el 31 de septiembre de este año y señala que las mascarillas son obligatorias en servicios de urgencia públicos y privados.

"Hay que entender que en los últimos años estamos con una carga de virus circulante mucho más intensa, y no solo de un virus, sino de varios", señala Felipe Rivera, médico broncopulmonar del Hospital Clínico Universidad de Chile.

"En las últimas semanas tenemos un alza importante del covid-19, pero además de influenza, rinovirus, adenovirus y virus respiratorio sincicial. Y pensando que el servicio de urgencia es donde están las personas que consultan por enfermeda-



En orden, el rinovirus, el SARS-CoV-2, la influenza y el adenovirus son los virus que más circularon en el país entre el 17 y el 23 de marzo, según el más reciente informe del ISP.

des respiratorias, hay allí una gran circulación viral. Por eso la mascarilla pasa a ser nuevamente nuestra amiga, algo esencial en ese lugar", comenta el especialista.

Sobre la conveniencia de volver a usarla en otros lugares concurridos, como los centros comerciales o el transporte público, los médicos indican que esto es recomendable particularmente para quienes presentan algún síntoma respiratorio.

"En este momento se trata de una elección. Sin embargo, se recomienda que si una persona está

con mocos, estornudos u otros síntomas respiratorios, use mascarilla para evitar contagiar a sus compañeros de trabajo, familiares u otras personas en lugares como el transporte público", comenta Claudia Cortés, infectóloga de Clínica Santa María.

Frente a este panorama de alta circulación de virus respiratorios, los médicos consideran que es muy necesario retomar otras medidas sanitarias adicionales a la mascarilla y que fueron parte del día a día durante los primeros años de la pandemia.

El lavado de manos es una de ellas, aseguran. "Este tiene que ser efectivo, es decir, de al menos veinte segundos, ojalá con jabón y agua y que haga espuma, o sino con alcohol gel", explica Cortés.

Mantener la vacunación es otra estrategia preventiva clave que se debe retomar para evitar cuadros graves y muertes, enfatizan los médicos. "Es importante vacunarse

contra la influenza, para la cual tenemos una vacuna segura y eficiente que se puede colocar en adultos, embarazadas y niños. Y también hay que asegurarse de tener al día los esquemas de vacunación contra el covid-19", señala Rivera.

Y agrega: "Es importante entender que muchas veces el efecto de las vacunas anteriores no es capaz de disminuir la llegada del virus a nuestras células. Por eso debemos tener la vacunación al día".

En paralelo

De acuerdo con los médicos, las vacunas contra la influenza y contra el covid-19 pueden colocarse de manera simultánea, durante la misma semana e incluso el mismo día.

"Se pueden colocar juntas. En general, se pinchan en brazos opuestos, pero en caso de que una persona no pueda recibirla en brazos distintos por alguna razón, no existe impedimento para colocarlas en el

mismo brazo", asegura Cortés.

Lo mismo afirma Rivera. "Se pueden colocar juntas sin problema. Si la persona no está alérgica, ni con fiebre, ni con ningún cuadro activo de covid-19 o influenza, se deben vacunar".

Los especialistas también aconsejan retomar el hábito de ventilar adecuadamente el hogar. "Esto se debe hacer cada tres horas y al menos durante cuarenta minutos, abriendo ventanas y, siempre que se pueda, también las puertas", indica Mauricio Cancino, médico internista de Clínica Ciudad del Mar.

El experto añade: "Por otro lado, se debe evitar el uso de calefactores con parafina, leña o carbón, los cuales incrementan las cuadros de enfermedades respiratorias y contaminan el ambiente".

A lo anterior, los médicos suman la importancia de volver a aplicar el distanciamiento social en lugares cerrados y también el taparse la boca y nariz al estornudar o toser.

¿Volverán las normas más estrictas?

Consultados sobre la posibilidad de que las medidas sanitarias vuelvan a ser cada vez más estrictas en el país ante la alta circulación de virus respiratorios, los médicos coinciden en que esto depende, en parte, del comportamiento de la población. "Si hay aglomeraciones sin cuidados, las personas no ventilan o no tienen sus vacunas al día y vemos que colapsan los servicios de urgencia, las medidas sanitarias sí podrían escalar", señala Cancino. Cortés coincide. "La posibilidad siempre existe, pero depende cómo venga la ola (de contagios) y eso no lo podemos saber aún. Ahora, si todos nos vacunamos y tomamos las medidas para disminuir el virus circulante, la probabilidad disminuye mucho".