

## Ya empezó la campaña de Vacunación e Inmunización 2025: **No deje todo para último minuto: vacúnese a tiempo**

Hace unos días comenzó la Campaña de Vacunación e Inmunización 2025, que tiene como objetivo alcanzar, al menos, el 85% de la población objetivo, e incorpora cuatro vacunas: Influenza, COVID-19, Coqueluche y Neumococo, y la inmunización contra el Virus Respiratorio Sincial (VRS).

La geriatra de Clínica INDISA, Dra. Cristina Meneses, señala que los virus invernales representan un mayor riesgo porque se transmiten con facilidad en ambientes fríos, donde las personas tienden a reunirse en espacios cerrados y con poca ventilación. "Además, en grupos de riesgo, pueden derivar en complicaciones severas como neumonía y hospitalización", añade.

Además de reducir las complicaciones a nivel individual, la especialista de INDISA destaca que la vacunación temprana resulta fundamental para prevenir la congestión del sistema hospitalario. "Si las personas no se vacunan a tiempo, los servicios de salud pueden colapsar debido al aumento estacional de contagios, afectando la atención de los casos más graves", advierte.

Bajo este contexto, recomienda vacunarse con anticipación y no esperar al alza de casos. "Dado que la inmunidad tarda cerca de dos semanas en desarrollarse es fundamental vacunarse lo antes posible, permitiendo así una mayor protección colectiva y reduciendo la propagación del virus en invierno", puntualiza la Dra. Meneses.

¿Qué pasa si no me vacuno?

"Las vacunas preparan al sistema inmunológico al exponerlo a antígenos inactivos, lo que estimula la producción de anticuerpos y células de memoria. Así, el cuerpo aprende a reconocer y combatir el virus en caso de una exposición futura, ayudando a prevenir infecciones respiratorias", explica la geriatra de INDISA.

De esta manera, debido a que el cuerpo está menos preparado para combatir eficazmente los virus, las personas que no reciben la vacunación presentan un mayor riesgo de enfermarse. Además, agrega que los adultos mayores, niños pequeños, embarazadas y personas con enfermedades crónicas son especialmente

vulnerables, con un mayor riesgo de desarrollar complicaciones respiratorias severas.

Consecuencias graves: más allá de una gripe común

"No vacunarse no solo aumenta la posibilidad de enfermarse, sino también el riesgo de sufrir complicaciones graves, como neumonía o insuficiencia respiratoria", asegura la especialista. "En algunos casos, las enfermedades respiratorias pueden derivar en hospitalización o incluso en la muerte", detalla.

Uno de los efectos menos conocidos de la influenza, por ejemplo, es su relación con un mayor riesgo de infarto y otros eventos cardiovasculares, especialmente en personas con enfermedades preexistentes. "Si bien la vacuna no elimina por completo la posibilidad de enfermarse, sí reduce significativamente el riesgo de desarrollar cuadros graves y de requerir hospitalización", recalca la Dra. Meneses.

Muchas personas creen que la vacunación no es necesaria porque pueden contagiarse de todas formas. "Algunos di-

cen: 'No me vacuno porque igual me enfermo'. La realidad es que la única forma de evitar el contagio al 100% sería aislándose completamente y sin contacto con nadie, lo que no es viable. El objetivo principal de la vacunación no es solo evitar el contagio, sino reducir la gravedad de la enfermedad en caso de exposición al virus", enfatiza la especialista.

La Dra. Cristina Meneses advierte que durante 2024 se observó un aumento en los casos de enfermedades respiratorias invernales, así como una aparición más temprana de estos cuadros. Según explica, esto se debe, en parte, a una menor adherencia a la vacunación tras la pandemia y al tiempo que requiere el organismo para desarrollar inmunidad, que es de al menos dos semanas. Además, enfatiza que para lograr una reducción efectiva en la circulación de los virus es fundamental que una proporción significativa de la población esté vacunada.

Sin embargo, la especialista destaca un avance positivo en la inmunización contra el Virus Respiratorio Sincial (VRS). "Fui-