



Tres especialistas explicaron todo lo que se debe saber sobre los virus respiratorios y enfatizaron en la urgencia de vacunarse

Webinar organizado por la Escuela de Graduados de la Facultad de Medicina de la Universidad Austral de Chile, abordó los principales riesgos de salud durante el invierno, con foco en niños y personas mayores con el fin de promover el bienestar y una mejor salud en la comunidad.

Con la llegada del otoño y la baja sostenida de las temperaturas, los especialistas alertan sobre el inicio de la temporada alta de enfermedades respiratorias en Chile. Este período, que se extiende durante los meses más fríos del año, se caracteriza por un aumento significativo en la circulación de virus como la Influenza, el Virus Respiratorio Sincicial (VRS), el SARS-CoV-2, el Rinovirus y el Metapneumovirus, afectando especialmente a niños, adultos mayores y personas con enfermedades crónicas.

En ese marco se realizó el webinar "Salud invernal: prevención y cuidado para menores y mayores", organizado por la Escuela de Graduados de la Facultad de Medicina de la Universidad Austral de Chile y que —según la directora de la Escuela de Graduados, Dra. Fabiola Sánchez— buscó "contribuir con información oportuna y confiable que permita a las familias enfrentar mejor esta temporada, especialmente cuidando a quienes más lo necesitan".

En la oportunidad, el Dr. Gabriel Uribe, médico internista y presidente de Infectología en Adultos del Complejo Víctor Ríos Ruiz de Los Ángeles, expuso sobre los principales agentes infecciosos de la temporada invernal y lanzó una firme llamada a la vacunación como estrategia clave de prevención.

En ese sentido, subrayó que los virus respiratorios presentan un "amplio espectro de presentación clínica", que va desde casos asintomáticos hasta cuadros "tan graves y severos que pueden llevar hasta la muerte", como se evidenció durante la pandemia de COVID-19. Los contagios se dan principalmente de persona a persona, con un aumento significativo al inicio de la temporada escolar. Y los grupos más vulnerables incluyen a niños, personas mayores, pacientes crónicos (cardiovasculares, respiratorios) y personas con inmunosupresión.

El experto explicó cuáles son algunos de los virus respiratorios estacionales más comunes: la Influenza, que cuenta con tratamiento y vacuna; el SARS-CoV-2 o COVID-19, para el que existe vacuna, pero no un tratamiento específico como en el caso de la Influenza; el Virus Respiratorio Sincicial (VRS), de alto impacto en pediatría y que hoy dispone de un anticuerpo monoclonal indicado para recién nacidos; el Rinovirus, principal causante del resfriado común, que no tiene vacuna ni tratamiento específico, y donde los antibióticos no son efectivos; y por último, el Metapneumovirus. "Cualquier virus puede provocar cuadros leves o graves, según el estado de salud de cada persona", remarcó.

El especialista enfatizó en que "las vacunas son seguras, las vacunas previenen, las vacunas nos permiten pasar un invierno de mejor calidad junto a las personas que queremos y es la es-



ESCANEA ESTE QR PARA VER EL WEBINAR COMPLETO



trategia que tenemos para prevenir la mayor parte o los virus que nos provocan mayor miedo y los que nos provocan mayor enfermedad", haciendo de paso un llamado a la responsabilidad comunitaria para aumentar las tasas de vacunación, especialmente en adultos mayores, y a estar atentos a los signos de alerta en los grupos vulnerables.

LOS NIÑOS

En tanto, la Dra. Saimar Graterol, residente del programa de especialización en Pediatría en la Universidad

Austral de Chile, detalló por qué los niños son particularmente vulnerables y enfatizó la prevención, especialmente a través de la vacunación.

La Dra. Graterol explicó que los niños son un grupo vulnerable porque su sistema inmunológico está en desarrollo, y tras perder la inmunidad pasiva de la madre alrededor de los 6 meses, dependen fundamentalmente de la protección que brindan las vacunas. Otros factores que aumentan su riesgo incluyen la prematuridad, condiciones crónicas (asma), inmunosupresión, higiene y factores ambientales.

En ese sentido, advirtió que las infecciones respiratorias en niños menores de cinco años son mayoritariamente de origen viral, representando cerca del 95% de los casos. El resfriado común es la infección más frecuente en esta población, y suele manifestarse con síntomas como congestión nasal, rinitis, estornudos, fiebre leve, irritabilidad y tos.

Sin embargo, su llamado más enfático fue a completar oportunamente el calendario de vacunación infantil.

"Mantener las vacunas al día es la principal protección que tienen estos pequeños", subrayó. La especialista instó a padres, madres y cuidadores a llevar a vacunar a sus hijos, en especial a los menores de 24 meses y a aquellos con enfermedades crónicas.

Pero además, la Dra. Graterol entregó una serie de signos de alarma que requieren atención médica inmediata en un servicio de urgencia. Entre ellos mencionó la fiebre persistente por más de tres días, decaimiento extremo, irritabilidad inconsolable, rechazo alimentario o signos de deshidratación (como una menor frecuencia urinaria), y síntomas de dificultad respiratoria, tales como respiración acelerada, hundimiento de costillas o tos en exceso.

MAYORES

Con una advertencia clara sobre la creciente vulnerabilidad de las personas mayores frente a las enfermedades respiratorias durante el invierno, la Dra. Isabel Guzmán, médico geriatra del Hospital Base de Valdivia, presen-

tó su exposición centrada en las personas mayores, donde contextualizó el fenómeno dentro del envejecimiento demográfico que vive el país.

La especialista recordó que hay una serie de factores que aumentan la susceptibilidad a cuadros respiratorios graves como alteraciones en la termorregulación, que dificultan mantener una temperatura corporal estable; cambios estructurales en el sistema respiratorio, como menor distensibilidad torácica y una tos menos efectiva; o el proceso de inmunosenescencia, que debilita la respuesta inmune, ralentiza la recuperación y favorece infecciones.

De ese modo, para enfrentar el invierno de manera segura, la geriatra entregó una serie de recomendaciones preventivas, como la vacunación contra influenza, COVID-19 (refuerzo anual) y neumococo (una vez en la vida); el lavado frecuente de manos, el uso de mascarilla en espacios cerrados y concurridos, preferir actividades al aire libre y ventilar ambientes cerrados, entre otros.

Uno de los aspectos más relevantes de la charla fue la identificación de síntomas atípicos en personas mayores. La Dra. Guzmán advirtió que, a diferencia de la población más joven, los adultos mayores pueden no presentar los signos clásicos de una infección respiratoria. En su lugar, podrían manifestar lo que en geriatría se conocen como síndromes geriátricos.

Así, además de síntomas respiratorios como tos persistente, dificultad respiratoria, fiebre o dolor torácico, llamó a prestar atención a señales como postración (rechazo a levantarse de la cama); caídas sin causa aparente; confusión, y desorientación o delirio repentino, siendo signos que podrían ser indicadores de enfermedades graves como una neumonía, incluso en ausencia de fiebre o tos. "Es clave que familiares, cuidadores y equipos de salud estén atentos a estos cambios en el comportamiento o el estado funcional", insistió.