

Salud

Cómo prevenir el virus respiratorio sincicial en adultos mayores

Medidas como lavarse constantemente las manos, desinfectar las superficies que se tocan con frecuencia y cubrirse la boca con el antebrazo al toser o estornudar siempre son recomendables, no solo para la población más pequeña, también para los adultos mayores, quienes corren riesgos por este virus por una capacidad inmune reducida.

Aunque el Virus Respiratorio Sincicial (VRS) suele relacionarse con enfermedades en la infancia, su impacto en adultos mayores puede ser igual o más severo. Especialistas alertan sobre la necesidad de reconocer los riesgos y tomar medidas preventivas, incluyendo la vacunación, para proteger a esta población especialmente vulnerable.

Así lo explica la doctora Luisa Durán, infectóloga y residente de paciente crítico de la Clínica Alemana de Valdivia, quien advierte que "la población de 60 años o más tiene un sistema inmune que ya no es tan potente como en la adultez joven, y acumula enfermedades crónicas que aumentan el riesgo de complicaciones respiratorias". Y añade que "enfermedades como la diabetes, la Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC), la insuficiencia cardíaca o la obesidad incrementan las probabilidades de que una infección por VRS termine en hospitalización. Estas personas tienen dos a tres veces más probabilidades de ser hospitalizadas por un cuadro respiratorio", señala la especialista.

Por su parte, el doctor Martín Mailló, presidente de la Asociación Argentina de Alergia e Inmunología Clínica, refuerza esta mirada: "La prevención de las in-

fecciones respiratorias es uno de los objetivos más importantes en el manejo de enfermedades crónicas. Una infección puede generar una descompensación grave, llevar a la hospitalización e incluso a una muerte anticipada".

Los síntomas del VRS en adultos pueden confundirse con otras enfermedades virales. "Fatiga, fiebre, dolores musculares, tos y dificultad para respirar deben ser una señal de alerta", explica la infectóloga. En personas con patologías preexistentes, estas infecciones pueden desestabilizar su condición basal, incluso sin llegar a causar neumonía.

Y es que el VRS no solo afecta el sistema respiratorio. Según el doctor Sergio García, jefe del Servicio de Cardiología del Sanatorio Delta en Rosario, Argentina, "las infecciones virales generan inflamación, y eso aumenta el riesgo de eventos cardiovasculares. En personas con cardiopatías previas, una infección puede descompensar su enfermedad, y en personas sanas, puede desencadenar infartos o accidentes cerebrovasculares por primera vez". Además, García advierte sobre el bajo nivel de diagnóstico: "Es común que pacientes lleguen a urgencias con insuficiencia cardíaca descompensada y refieran haber tenido síntomas respiratorios leves días antes, por lo que no debemos



pasarlos por alto".

En este contexto, la vacunación surge como una de las herramientas clave para prevenir el VRS. "Es parte del concepto de envejecimiento saludable, junto con mantener la mejor condición física, intelectual y social posible con el paso del tiempo", subraya el Dr. Mailló.

Adicionalmente, mencionó medidas complementarias para promover el cuidado de la salud, tales como "lavarse constantemente las manos, desinfectar las superficies que se tocan con frecuencia, cubrirse la boca con el antebrazo al toser o estornudar, mantener una ventilación adecuada de los espacios cerrados y utilizar mascarilla".



Salud