



Invierno: médicos alertan sobre virus respiratorios que podrían aumentar las próximas semanas

Desde la Sociedad Chilena de Medicina Familiar llaman a extremar medidas de autocuidado ante el incremento del virus respiratorio sincicial, adenovirus y metapneumovirus, que afectan especialmente a menores de cinco años, adultos mayores y enfermos crónicos.

Julio comenzó con frío, lluvias en la zona sur del país y un aumento sostenido de enfermedades respiratorias. Según datos del Ministerio de Salud correspondientes a la semana epidemiológica 25, el virus respiratorio sincicial (VRS) representa el 28,9% de los casos detectados a nivel nacional. Aunque se ha mantenido una vigilancia activa, el sistema sanitario ya acusa una alta circulación viral, en medio del receso escolar y el próximo retorno a clases.

A esto se suman los efectos del clima. La llegada de varios sistemas frontales al país —especialmente en la zona centro-sur— ha provocado



una baja en las temperaturas y mayor permanencia en espacios cerrados, lo que incrementa el riesgo de contagio, sobre todo entre la población más vulnerable. Niños menores de cinco años, personas mayores y quienes viven con enfermedades crónicas enfrentan un escenario particularmente complejo.

Desde la Sociedad Chilena de Medicina Familiar (Sochimef) advierten que, además del VRS, se espera un aumento de otros virus respiratorios

en las próximas semanas. “Se prevé seguir con niveles altos de virus respiratorio sincicial, además de parainfluenza y adenovirus, todos causantes potenciales de infecciones respiratorias bajas. Preocupa también que el metapneumovirus esté aumentando”, señala el doctor Mauricio Soto, coordinador del Grupo Respiratorio de Atención Primaria de la Sochimef.

El especialista subraya la importancia de proteger a los grupos de riesgo y estar aten-

tos a síntomas que puedan alertar un cuadro grave. “Es fundamental evitar contagios en edades extremas, menores de cinco años y mayores de 65, y particularmente en personas con condiciones crónicas. Hay que estar alerta ante fiebre alta, dificultad para respirar y decaimiento”, indica el doctor Soto.

PREVENCIÓN CONSTANTE

Respecto de las medidas de autocuidado, el llamado es a reforzar la prevención, especialmente durante las vacaciones de invierno y el retorno a clases. “Es importante evitar aglomeraciones donde podamos exponernos a personas enfermas. Si se presentan síntomas, lo recomendable es usar mascarilla para proteger a otros, ventilar espacios cerrados y mantener una buena higiene de manos”, agrega.

El especialista también advierte que el frío no es el único factor de riesgo. La contami-

nación ambiental, que tiende a aumentar en los meses de invierno, puede agravar el estado de salud de quienes tienen condiciones respiratorias crónicas. “Más que el frío, lo peligroso de este periodo es el estar expuesto a personas contagiadas. Santiago, por ejemplo, tiene una mala ventilación en su valle durante el invierno, lo que empeora los cuadros en pacientes con asma o alergias”, sostiene el médico de Sochimef.

Finalmente, desde la sociedad médica reiteran la necesidad de tomar conciencia del impacto de los virus respiratorios en la salud pública y mantener activas las campañas de prevención, autocuidado y vacunación. “Sabemos que estas infecciones son comunes en invierno, pero no por eso debemos subestimarlas. Las medidas que adoptemos hoy pueden marcar una gran diferencia en las próximas semanas”, concluye Soto.