

Prevención del hantavirus: cómo identificar los síntomas a tiempo y tomar medidas básicas de protección

La enfermedad causada por el hantavirus representa un riesgo para quienes frecuentan áreas rurales, realizan camping o desarrollan actividades al aire libre durante la primavera y el verano. Desde la Mutual de Seguridad comparten información para estar alerta y reducir el riesgo de exposición.



En los últimos días se han confirmado al menos nueve casos y cuatro fallecidos por hantavirus en el país. Este escenario vuelve a poner en el centro la importancia de la prevención y del diagnóstico precoz para evitar desenlaces graves.

Con la llegada del verano, aumentan las estadias en casas de campo, campings y salidas al aire libre. Sin embargo, estas actividades requieren adoptar medidas de resguardo, especialmente en sectores donde puede existir presencia de roedores silvestres.

La transmisión puede producirse por contacto directo o indirecto con saliva, orina o excrementos de roedores infectados. Espacios con abundante vegetación, acumulación de desechos o construcciones cerradas por largos períodos favorecen su presencia, incrementando la exposición en zonas rurales.

En este contexto, Rafael Borgoño, director Médico de Mutual de Seguridad, explica que la prevención es fundamental para reducir el riesgo de contagio, especialmente en personas que pasan tiempo al aire libre.

Respecto de la gravedad del cuadro clínico, señala que "los pacientes que desarrollan Síndrome Cardiopulmonar por hantavirus requieren atención médica intensiva, con soporte respiratorio avanzado. Si no se identifica a tiempo, esta enfermedad puede resultar fatal. Por eso es fundamental estar atentos a síntomas iniciales similares a un estado gripal, como fiebre alta, escalofríos, dolores musculares intensos, dolor de cabeza, fatiga y malestar general".

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS?

El contagio del virus gatilla un cuadro clínico llamado Síndrome Cardiopulmonar por Hantavirus, el que tiene los siguientes síntomas:

Primeros síntomas: Pueden aparecer recién 45 días después del contagio y se asimilan a los de un cuadro gripal, con fatiga, fiebre alta, escalofríos, dolores osteomusculares, dolor de cabeza, síntomas gastrointestinales como náuseas, vómitos, dolor abdominal y dificultad respiratoria, de modo que, ante la presencia de cualquiera de estos síntomas, debe acudir inmediatamente al servicio de urgencia más cercano.

Síntomas posteriores: Entre el cuarto y el décimo día después de los primeros síntomas de la enfermedad, aparecerán los síntomas secundarios. Estos incluyen una fuerte tos y una aún más intensa dificultad para respirar.

¿CÓMO PREVENIR?

En zonas rurales:

- Mantener las malezas y pastizales cortados a ras de suelo, y despejado de desechos y escombros en un radio de 30 metros alrededor de la vivienda.
- Usar guantes y mascarillas al desmalezar, cortar o manipular leña.
- Cuidar los animales que protegen de los roedores, como culebras, zorros o lechuzas.
- Ventilar por 30 minutos antes de ingresar a cualquier lugar -como bodegas u otras construcciones- que haya permanecido cerrado por largos períodos.
- Rociar agua con cloro o detergente antes de barrer o limpiar.

- Sellar con planchas de lata -pegadas y clavadas-, con cemento u otro material firme las aberturas que tengan un diámetro igual o mayor a medio centímetro, en escuelas, galpones, viviendas y bodegas.

Al acampar:

- Hacerlo sólo en lugares habilitados, donde no se advierta presencia de roedores y en carpas con piso.
- Para cocinar, lavar platos y lavarse los dientes utilice agua embotellada, desinfectada con cloro o hervida.
- Es recomendable mantener protegidas y tapadas las fuentes de abastecimiento de agua, como norias, pozos o recipientes.
- Asegurarse que no haya aberturas con un diámetro mayor a medio centímetro en carpas. De ser así, enmendar o decididamente cambiar su equipamiento.
- Cerciorarse de mantener los restos de alimentos y otros desechos en bolsas bien cerradas, y dentro de contenedores para la basura de plástico o latón, con tapa y en algún lugar lejano a la casa o campamento, así, se evitará la atracción que las basuras ejercen sobre los ratones que están en busca de alimento.
- Guardar la comida en recipientes herméticos o sellarlos al vacío es una buena opción para evitar atraer a los ratones.
- Hacer un esfuerzo con cuidar a los animales que protegen de los roedores, como culebras, zorros o lechuzas.
- No acumular vajilla sucia durante muchas horas o días. Tampoco se recomienda apilar bultos de cosas dentro de carpas o casas, que puedan acumular polvo y representar un escondite para roedores.

En casas:

- Mantener alrededores de su casa limpios de restos de alimentos.
- Desratizar y sellar su vivienda y bodega.
- Cortar a ras de suelo arbustos y matorrales cercanos.
- Mantener la basura en recipientes con tapa. No botarla en la calle o en sitios eriazos.
- Conservar los alimentos en envases resistentes y con tapas.
- El virus se puede eliminar limpiando y desinfectando con cloro, así que es recomendable higienizar superficies de baños y cocina rociando agua con cloro (la dosis es dos cucharadas soperas de cloro por cada litro de agua), así como también los pisos, utilizando guantes y mascarilla en todo momento.

No hay posibilidades de hacer una intervención 100% efectiva sobre los roedores silvestres. De esta forma, las únicas medidas eficaces son la prevención, el diagnóstico precoz de la enfermedad y el adecuado manejo de los pacientes.