

causar la enfermedad. La inmunidad se atenúa con el tiempo. Y todos podemos enfermar o contagiar a otros. Cuando estos mitos se imponen, quienes más sufren son los grupos vulnerables: adultos mayores, embarazadas, niños pequeños y personas con enfermedades crónicas. No vacunarse no es sólo una decisión individual; es exponer a quienes no pueden defenderse solos.

Vacunarse antes del invierno es un acto de responsabilidad social. Es protegernos y, sobre todo, proteger a quienes dependen del cuidado colectivo. No esperemos a que llegue el *peak* viral para tomar una decisión que podemos adoptar hoy.

Francisco Álvarez
Académico Química y Farmacia,
U. Andrés Bello, sede Viña del Mar

Vacuna contra la influenza

●Cada año repetimos la misma discusión: ¿es realmente necesario vacunarse contra la influenza? La evidencia dice que sí, y no se trata de una recomendación antojadiza, sino de una medida que salva vidas.

Me preocupan tres mitos que aún siguen teniendo tanta fuerza: que la vacuna “provoca influenza”, que basta con vacunarse una sola vez en la vida y que las personas sanas no la necesitan. Ninguno de ellos resiste una revisión mínima de los datos.

Las vacunas inactivadas no pueden