

El 94% de las camas críticas pediátricas del país están ocupadas

Médicos dan consejos precisos para cuidar a los niños de los virus respiratorios

VALENTINA ESPEJO

Según el último informe de Virus Respiratorios que publicó el Ministerio de Salud este viernes, con datos hasta el 8 de junio, hay 1.087 camas críticas pediátricas habilitadas en los centros de salud públicos y privados del país. De ese total, 1.019 están ocupadas, es decir, el 94%.

"Desde mayo se observa un aumento importante de la circulación de virus respiratorios en nuestro país. Durante la semana epidemiológica 22 (28 de mayo al 3 de junio), el 56% de las muestras correspondieron a virus respiratorio sincicial (VRS), afectando especialmente a los niños menores de un año", dice el informe.

También califica el brote actual de VRS como uno de los "más grandes en los últimos años".

Otros virus que andan circulando son: influenza A (18% de las muestras), adenovirus (10%), metapneumovirus (7,2%), parainfluenza (7,2%), influenza B (1,3%) y SARS-CoV-2 (0,3%).

Dos médicos especialistas en el tema puntualizan los cuidados que hay que tener para proteger a los niños y evitar que los adultos lleven virus al hogar.

Calefacción: Según la doctora Patricia Vargas, académica de la Escuela de Medicina de la Universidad Diego Portales (UDP), si en el hogar hay estufa a parafina es clave prenderla y apagarla fuera de los espacios cerrados.

"También hay que considerar el espacio de ventilación para que circule el aire y evitar acumulación de dióxido de carbono (CO2, proveniente de la combustión). Lo mismo aplica para las estufas a gas", dice.

Agrega que para evitar fugas de calor en la casa, hay que cubrir los espacios de las puertas, ventanas o claraboyas del techo.

La especialista en medicina familiar aconseja usar ropa abrigada dentro del hogar para evitar prender la estufa todo el día, con prendas que permitan estar cómodo sin sobrecalentarse ni descubrirlo.

El doctor Pablo Vial, pediatra e investigador del Instituto de Ciencias e Innovación en Medicina (ICIM) de la Universidad del Desarrollo, resalta que hay que tener mucho ojo con el tabaco.

"En estas infecciones los virus hacen daño en el aparato respiratorio y hay mayor severidad de la enfermedad en pacientes expuestos al cigarro, si alguien fuma al interior de la casa. De igual modo, el uso de leña u otro combustible que genere gases tóxicos, como la estufa a parafina", precisa.

Cuidados del cuerpo: La doctora Vargas recomienda mantener a las personas muy hidratadas con al menos dos litros de líquido por día.

"Idealmente agua o infusiones como té, limonadas, entre otros", precisa.

También está la vitamina C, casi un estándar del invierno.

"La podemos encontrar en frutas naturales como la naranja, el kiwi y el limón. Es buen complemento porque tiene efectos antioxidantes que ayudan en la evolución de estos cuadros infecciosos respiratorios", destaca.

Contacto cero: "Hay estudios que demuestran que el virus sincicial puede mantenerse por horas en los objetos. Por eso es importante evitar que los niños compartan juguetes, chupetes y otros artículos, que se



La doctora Patricia Vargas es académica de la U. Diego Portales.



Pablo Vial, pediatra e investigador del ICIM de la U. del Desarrollo.

Recomiendan reactivar lo que aprendimos en pandemia y aislar a los niños menores de un año. Hay que perderse las reuniones familiares y volver a usar mascarilla si hay un adulto enfermo en la casa.

vuelven un foco de infección", detalla Vial, pediatra especialista en infectología.

Para mantener los peluches y otros juguetes limpios, agrega, basta con limpiarlos con agua y detergente. De este modo, se extermina cualquier secreción respiratoria que esté en la superficie.

En ese mismo sentido, la académica de la UDP enfatiza la importancia de que los

niños no se toquen los ojos, la nariz o la boca.

Tal como aprendió la mayoría de las personas durante la pandemia, cuando hay peligro de contagios lo más seguro es mantenerse alejado con otras personas y salir de casa solo si es ultra necesario. Y si hay un adulto enfermo en la casa, debe usar mascarilla.

El investigador del ICIM explica que la mayoría de los virus que afectan el sistema respiratorio se producen por el contacto directo de personas vía gotas o aerosoles.

Recalca que si hay que estornudar o toser por cualquier motivo, es imperativo cubrirse el antebrazo y girar la cara, para no diseminar partículas respiratorias.

"Es necesario enseñarles a los niños que deben cubrirse nariz y boca al estornudar (usar el antebrazo)", precisa.

"Estas medidas se deben extremar en los hogares donde vivan niños menores de un año o adultos mayores, quienes son el grupo más afectado", dice.

Sin ir más lejos, el Minsal sugiere esto como una medida de prevención para niños pequeños y comunidades escolares.

"En lo posible, aislar a los niños menores de un año: no acudir a reuniones familiares, lugares con aglomeraciones y evitar contacto con personas enfermas".

Ventilación: Un consejo práctico es abrir puertas y ventanas en los hogares apenas las personas se levantan de sus camas, asegura la doctora Vargas.

"Es recomendable dejar descubiertos el

colchón y las almohadas algunos minutos antes de hacer la cama para remover olores y partículas pequeñas. También sacudir alfombras y cubrepisos, así como limpiar las superficies del polvo para evitar alergias e irritaciones de la vía aérea", detalla.

"Si por algún motivo de fuerza mayor, hay que salir de la casa, es prudente ponerse abrigo o chaqueta, dependiendo de las temperaturas y usar gorro de lana y guantes", añade.

A la vuelta, de regreso en la vivienda, se sugiere quitarse el abrigo y acercarse a una fuente de calor para regular la temperatura.

Las razones

El Minsal detalla en su informe (disponible en <https://acortar.link/omJjtM>) que uno de los factores que explica la situación epidemiológica actual del sincicial es que "durante los años de pandemia hubo baja circulación de este virus, lo que produjo una gran cantidad de población susceptible. A esto se suma que el VRS es un virus para el cual no hay vacuna aún".

A eso se suma, según el doctor Pablo Vial, que este año los virus respiratorios se adelantaron de fecha y aparecieron todos al mismo tiempo.

"Lo usual es que estos virus surjan casi al final del otoño, cuando hace más frío, y que cada uno produzca un brote anual independiente; parte uno, luego el otro, etcétera, no siempre en el mismo orden. Este año, se dio una simultaneidad de muchos virus, lo que no es común que ocurra", sostiene.