

Académicos del CIES explican la importancia de vacunarse para prevenir enfermedades

-En este sentido es fundamental que la comunidad y en especial los grupos de riesgo como las personas mayores puedan inocularse contra las enfermedades que aparecen durante esta temporada otoñal.

Del 20 al 27 de abril, la Organización Panamericana de la Salud (OPS), junto con los países y territorios de la Región de las Américas y sus socios, celebra la 22 Semana de Vacunación en las Américas (SVA) y las 13 Semana Mundial de Inmunización con el llamado a la acción Actúa ahora para proteger tu futuro: Vacúnate.

En este marco, académicos del Centro Interuniversitario de Envejecimiento Saludable (CIES), institución dependiente del Consorcio de Universidades del Estado de Chile (CUECH), realizaron un llamado a inocularse para prevenir enfermedades, especialmente en esta temporada de más frío y lluvias.

“Cuando una persona se vacuna lo que pasa es que fortalece su salud individual y también comunitaria, porque no solamente te proteges tú, además cuidas a la comunidad, evitando así la propagación de enfermedades”, comentó Mónica Jorquera, enfermera y académica de la Universidad de Antofagasta.

Por ello, es fundamental que la comunidad y los grupos vulnerables como las personas mayores puedan vacunarse para evitar enfermedades respiratorias, entre otras afecciones que son comunes durante este tiempo.

“Con el envejecimiento el sistema inmunológico se vuelve menos efecti-



vo y eso hace que las personas mayores sean más susceptibles a las enfermedades infecciosas o virales. Entonces la vacunación ayuda a que el sistema inmunológico se fortalezca y a tener protección contra estas enfermedades específicas”, agregó Jorquera.

En la misma línea, Boris Vera, enfermero y académico de la Universidad de Talca, comentó algunas de las enfermedades que pueden provocar problemas graves en la salud.

“Se ha visto que las personas mayores tienen mayor prevalencia de desarrollar enfermedades respiratorias como la influenza, neumonía, COVID-19, generando el riesgo de requerir hospitalizaciones por estos cuadros, perder funcionalidad y en el caso más grave, provocar la muerte”, aseguró.

Al inmunizarse, la comunidad puede sentirse más protegida, se reducen las

tasas de hospitalización y mortalidad, además de bajar los costos asociados a una enfermedad.

Vacunas

Durante estos meses, se está llevando a cabo la campaña de vacunación contra la Influenza, la cuál se extiende hasta el 15 de mayo. Por otra parte, se encuentran disponibles las inyecciones para protegerse ante el COVID-19. Además, está la vacuna neumocócica polisacárida 23, la cuál es gratuita y está disponible durante todo el año para las personas desde los 65 años.

En Mevacuano.gob.cl, la comunidad en general y personas mayores pueden informarse sobre los vacunatorios disponibles en cada región y ciudad del país.

Recomendaciones

Es importante mencionar algunos cuidados generales para evitar enfermedades, especialmente en esta época del año. Además de la administración de las va-

cunas señaladas.

“Lavado de manos frecuente con agua y jabón, mantener distancia física con otras personas especialmente en el transporte público o centro comercial, cubrir boca y nariz al toser o estornudar con un pañuelo desechable o con el codo flexionado, mantener una buena ventilación en los espacios cerrados, evitar fumar o estar expuesto al humo, mantener un estilo de vida saludable, consultar al médico en caso de síntomas respiratorios como decaimiento, agitación, inapetencia, tos, dolor de cabeza, desorientación, incontinencia urinaria o fecal, sensación de ahogo, entre otros señales”, agregó Vera.

A través de estos consejos y llamados, las personas tendrán un otoño e invierno en mejores condiciones de salud para desarrollar sus actividades cotidianas.