

Lo que pasó en la semana

POSTEOS

COVID-19: MENOS RESTRICCIONES PERO MÁS RESPONSABILIDAD INDIVIDUAL



Por
María Elvira Balcells

Las cifras de la OMS impactan. Hasta el 15 de julio estas evidenciaban casi 190 millones de casos Covid-19 confirmados y más de cuatro millones de muertes. La gravedad de esta pandemia ha empujado a la ciencia a buscar soluciones para frenarla, pero hoy la misma ciencia nos dice que la solución más efectiva es nuestra responsabilidad personal.

La exitosa campaña de vacunación de Chile, con cerca del 70% de la población objetivo con dosis completa, sumada a las estrategias de control implementadas, han logrado la tan esperada disminución en los contagios, dejando atrás una larga y extenuante segunda ola. Como consecuencia, el Paso a Paso 2.0 ha reducido las restricciones sanitarias.

La fatiga afecta a toda la población, que ansía volver a los tiempos pre-pandémicos. Pero no será fácil. Las menores restricciones ponen un peso mucho mayor a la responsabilidad individual, sobre todo considerando la llegada de la variante de preocupación delta.

La realidad es que no somos ni podemos ser una isla. Nuevas variantes seguirán apareciendo y cruzando fronteras. El problema no es sólo su eventual mayor contagiosidad, sino también que aún desconocemos cuánto durará la inmunidad de las vacunas y cuánto nos protegerán contra ellas.

Así, es tiempo de evaluar qué tan maduros estamos como pobla-

ción para asumir nuestro rol como primera barrera sanitaria. Si no somos capaces de enfrentar este desafío, tendremos rebrotes, tal como está ocurriendo en Europa, y nuevas olas ocurrirán sí o sí, como tsunamis que vuelven a arremeter cuando hemos vuelto a bajar a la costa descuidados.

Entonces ¿qué hacemos? La respuesta depende de todos. Debemos hacer lo mismo que hemos venido haciendo, pero mucho mejor. Primero, perseverar en el distanciamiento físico. Segundo, mantener el uso permanente de mascarillas cada vez que salgamos de casa, aun estando vacunados. El uso de mascarillas de buena calidad y bien puestas logra por sí solo reducir los contagios en más de 70%, como muestran numerosos estudios previos a las vacunas. Tercero, mantener la higiene frecuente de manos. Por último, entender -incluidos los empleadores- que debemos quedarnos en casa si nos aparece un súbito "resfrío", hasta descartar Covid-19 con los test correspondientes.

Confiamos en que las nuevas olas nos encuentren con el máximo de la población general vacunada, y sobre todo con una alta conciencia individual de que el virus, con todas sus variantes, llegó para quedarse. Solo eso permitirá que las nuevas olas sean menos devastadoras y que dejemos de sufrir la pérdida de tantas vidas y costos psicológicos y económicos tan grandes como hemos debido lamentar desde el otoño de 2020.

Profesora del Departamento de Enfermedades Infecciosas de la Facultad de Medicina UC e infectóloga de la Red de Salud UC Christus.