

INVIERNO Y ENFERMEDADES RESPIRATORIAS

Con la llegada del invierno y el descenso de las temperaturas, La Araucanía —como tantas otras regiones del país— enfrenta nuevamente un desafío sanitario que, aunque recurrente, no por ello deja de ser preocupante: el aumento sostenido de las enfermedades respiratorias agudas.

El Servicio de Salud Araucanía Sur ha emitido un llamado urgente a extremar las medidas de autocuidado, en un contexto donde las consultas por cuadros respiratorios han mostrado un claro aumento en las últimas semanas. Según el Dr. Pablo Valdés, subdirector médico del Servicio, solo en la semana epidemiológica 23 se registró un alza del 10,1% en las consultas infantiles y un 1,6% en adultos respecto de la semana anterior. Estos datos, aunque esperables para la temporada invernal, deben ser leídos como una señal

de alerta para la comunidad.

Los virus que hoy predominan —rinovirus, influenza y virus respiratorio sincicial (VRS)— afectan especialmente a los grupos más vulnerables: niñas, niños, personas mayores y pacientes con enfermedades crónicas. Es alentador saber que gracias a la incorporación del anticuerpo monoclonal Nirsevimab, el impacto del VRS en lactantes se ha reducido considerablemente en comparación con el crítico invierno de 2023. Sin embargo, este avance no debe llevarnos a bajar la guardia.

Actualmente, el 57% de las camas de la Unidad de Paciente Crítico (UPC) pediátrica están ocupadas por cuadros respiratorios, mientras que en adultos esta cifra alcanza un 16%, dentro de parámetros normales, pero siempre dinámicos. La red asistencial, si bien preparada, no es infinita, y cada esfuerzo que

podamos hacer como sociedad para reducir la propagación de estos virus cuenta.

Por ello, las recomendaciones de las autoridades de salud son claras y deben ser asumidas con responsabilidad: ventilar los espacios cerrados, evitar el hacinamiento, utilizar mascarilla en presencia de personas enfermas, reforzar la higiene de manos y —muy importante— acudir a los servicios de urgencia solo cuando la gravedad del cuadro lo amerite. Saturar las urgencias con casos leves no solo resta capacidad para atender emergencias reales, sino que también incrementa el riesgo de contagio en los propios recintos asistenciales.

Además, se reitera la importancia de completar el esquema de vacunación contra la influenza, especialmente en los adultos mayores, grupo donde una infección respiratoria puede

rápidamente derivar en neumonías o insuficiencias respiratorias graves.

El invierno es, año tras año, una prueba colectiva. No es solo una cuestión de sistemas de salud preparados o de nuevas tecnologías médicas —aunque ambas son indispensables—, sino también de conciencia y solidaridad social. Como bien lo dijo el Dr. Valdés, “solo con el compromiso de todas y todos podremos atravesar este invierno de forma más segura y con menos complicaciones para nuestra población”.

Frente a un escenario que aún puede escalar en complejidad, el autocuidado y la prevención son nuestras mejores herramientas. Porque en esta lucha contra los virus del invierno, cada pequeña acción cuenta. **T2**