

CienciaPR exhorta al uso de mascarillas y prevención para mitigar un próximo repunte ^[1]

Enviado por [Mónica Ivelisse Feliú-Mójer](#) ^[2] el 23 marzo 2022 - 11:59am



^[2]



Para prevenir contagios



Ante la flexibilización de las medidas de mitigación de COVID-19 en Puerto Rico, la oenegé y colectivo científico Ciencia Puerto Rico (CienciaPR, www.cienciapr.org ^[3]) hace un llamado a la ciudadanía a no bajar la guardia y prepararse para responder ante un posible repunte. La exhortación se da ante un reciente aumento en la tasa de positividad en el país y actuales

repuntes en Europa y Asia causados por la subvariante de Ómicron BA.2.

“En Puerto Rico, la epidemia por COVID-19 ha estado bajo relativo control y eso ha llevado a que se flexibilicen muchas medidas de mitigación. Sin embargo, no debemos olvidar que la pandemia no se ha acabado,” dijo la Dra. Mónica Feliú Mójér, científica, directora de comunicaciones para CienciaPR y directora de Aquí Nos Cuidamos, un proyecto comunitario de CienciaPR enfocado en la prevención de COVID-19 y la salud mental.

“Estamos observando repuntes en otras regiones del mundo. La positividad en Puerto Rico está comenzando a aumentar. Sabemos que la efectividad de las vacunas mengua, que en el archipiélago no hay suficientes personas con el refuerzo, y que Ómicron es más contagiosa y evade parte de la respuesta inmunitaria. Todo esto, más las flexibilizaciones y la fatiga pandémica, podría dar paso a otro repunte. De la misma forma que nos preparamos para la temporada de huracanes, es necesario que estemos listos para mitigar un próximo repunte para que no se salga de control,” enfatizó.

Aún cuando las nuevas guías ^[4] de los CDC y el gobierno de Puerto Rico dictan que la mayoría de las personas pueden dejar de usarla en la mayoría de los escenarios y que también se han flexibilizado los requisitos de vacunación y pruebas, CienciaPR exhorta a la población a utilizar la mascarilla en espacios cerrados y a los establecimientos a continuar fomentando la práctica.

Edmy Ayala Rosado, coordinadora de Aquí Nos Cuidamos y gerente de proyectos comunitarios para CienciaPR, dijo que “aunque en muchos lugares la mascarilla no es obligatoria, las personas la siguen usando. Invitamos a la gente a que lo sigan haciendo así. Creo que estamos apreciando que la mascarilla realmente es libertad; nos deja seguir con nuestras vidas mientras nos ayuda a prevenir la enfermedad y muertes.”

Valioso el uso de la mascarilla y otras medidas

“El virus de SARS-CoV2 se transmite principalmente a través de gotitas respiratorias, por lo que existe un alto riesgo de transmisión por aire en un ambiente cerrado o con poca ventilación. A consecuencia, el uso de la mascarilla continúa siendo una medida primordial para prevenir la exposición al virus. La mascarilla es la principal barrera física que reduce la probabilidad que partículas virales entren a nuestro cuerpo. Investigaciones han demostrado que un respirador N95 tiene una capacidad de filtración de 98.4% y una mascarilla quirúrgica una capacidad de filtración de 71.5%. Estos resultados demuestran la efectividad que tienen las mascarillas y los respiradores para protegernos contra la exposición a partículas virales”, explicó la epidemióloga Dra. Roberta Lugo Robles.

“El buen uso de la mascarilla en combinación con medidas de higiene y vacunación continúan siendo prácticas de salud pública que mantendrán a las personas protegidas,” añadió.

CienciaPR también exhorta a las personas a continuar evitando aglomeraciones, a tener su vacunación al día con el refuerzo, a quedarse en casa y realizarse una prueba de antígenos o molecular si tienen síntomas consistentes con COVID-19, sospechan que han estado expuestos al virus o en un escenario de alto riesgo de contagio.

Además, llaman al gobierno a ser proactivos, haciendo hincapié en la importancia de que las autoridades estatales monitoreen de cerca los datos de COVID-19 y no esperen a que la situación empeore para actuar.

“Monitorear los datos cuidadosamente nos debe permitir vivir con menos restricciones. Los pasados 90 días hemos visto condiciones propicias para remover restricciones. Ahora, para evitar olas con consecuencias desafortunadas es importante actuar tan pronto detectemos un repunte, no esperar ver alzas en hospitalizaciones. Ahí ya es muy tarde pues el virus ya se ha regado demasiado. Si actuamos diligentemente, tan pronto los datos nos den la señal, podemos evitar muertes, hospitalizaciones y extender los días que vivimos sin restricciones,” expresó el Dr. Rafael Irizarry, bioestadístico en la Escuela de Salud Pública de Harvard y quien lidera esfuerzos de monitoreo de datos de COVID-19.

Reiteran la importancia de la educación

CienciaPR reitera que individuos, grupos comunitarios, negocios, y entidades públicas y privadas a utilizar su colección gratuita de recursos educativos Aquí Nos Cuidamos. Aquí Nos Cuidamos se compone de cuatro campañas de servicio público sobre medidas preventivas, vacunación contra COVID-19 y salud mental y emocional. El proyecto fue co-creado junto a líderes y lideresas comunitarias y la comunidad científica, entre otros, y contiene videos en español y lengua de señas, audios, infografías y guías educativas fáciles de usar y distribuir.

“En nuestra colección, tienen una fiel, solidaria y esperanzada acompañante, porque sabemos que resulta cansón? seguir en estas”, añadió Ayala Rosado, quien también es periodista.

El proyecto educativo Aquí Nos Cuidamos, tiene más de 200 contenidos y guías que responden a preguntas frecuentes sobre COVID-19 y la vacunación, herramientas para promover la vacunación, combatir la desinformación y fomentar la salud mental. Recientemente han añadido temas puntuales como una guía sobre “Lo que debes considerar para decidir cuándo usar mascarilla”^[5], cómo responder a preguntas como “¿Por qué sigues usando la mascarilla?”^[6], y “Cómo reusar tus mascarillas KN95 o N95”^[7], entre otros. Todos los contenidos están disponibles para descargar de forma gratuita en aquinoscuidamos.org^[8].

Tags:

- [Aquí Nos Cuidamos](#)^[9]
- [covid19-cienciaboricua](#)^[10]

Categorías (Recursos Educativos):

- [Texto Alternativo](#)^[11]
- [Blogs CienciaPR](#)^[12]
- [Biología](#)^[13]
- [Salud](#)^[14]
- [Biología \(superior\)](#)^[15]
- [Ciencias Biológicas \(intermedia\)](#)^[16]
- [Salud \(Intermedia\)](#)^[17]

- [Salud \(Superior\)](#) [18]
- [Text/HTML](#) [19]
- [CienciaPR](#) [20]
- [Spanish](#) [21]
- [MS. Growth, Development, Reproduction of Organisms](#) [22]
- [MS/HS. Natural Selection and Adaptations/Evolution](#) [23]
- [6to-8vo- Taller 2/3 Montessori](#) [24]
- [9no-12mo- Taller 3/4 Montessori](#) [25]
- [Blog](#) [26]
- [Educación formal](#) [27]
- [Educación no formal](#) [28]

Source URL: <https://www.cienciapr.org/es/blogs/equipo-informa/cienciapr-exhorta-uso-mascarillas-prevencion-mitigar-proximo-repunte>

Links

[1] <https://www.cienciapr.org/es/blogs/equipo-informa/cienciapr-exhorta-uso-mascarillas-prevencion-mitigar-proximo-repunte> [2] <https://www.cienciapr.org/es/user/moefeliu> [3] <http://www.cienciapr.org> [4] <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/science/community-levels.html> [5] <https://www.aquinoscuidamos.org/2022/03/10/cuando-debo-usar-mascarilla/> [6] <https://www.aquinoscuidamos.org/2022/03/10/por-que-mascarilla-flexibilizacion/> [7] <https://www.aquinoscuidamos.org/2022/02/09/reusar-mascarillas/> [8] <http://www.aquinoscuidamos.org> [9] <https://www.cienciapr.org/es/tags/aqui-nos-cuidamos> [10] <https://www.cienciapr.org/es/tags/covid19-cienciaboricua> [11] <https://www.cienciapr.org/es/categories-educational-resources/texto-alternativo> [12] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/blogs-cienciapr> [13] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/biologia> [14] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/salud> [15] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/biologia-superior> [16] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/ciencias-biologicas-intermedia> [17] <https://www.cienciapr.org/es/categories-educational-resources/salud-intermedia> [18] <https://www.cienciapr.org/es/categories-educational-resources/salud-superior> [19] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/texthtml> [20] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/cienciapr> [21] <https://www.cienciapr.org/es/taxonomy/term/32143> [22] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/ms-growth-development-reproduction-organisms> [23] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/mshs-natural-selection-and-adaptationsevolution> [24] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/6to-8vo-taller-23-montessori> [25] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/9no-12mo-taller-34-montessori> [26] <https://www.cienciapr.org/es/categories-educational-resources/blog> [27] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/educacion-formal> [28] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/educacion-no-formal>