Published on *Ciencia Puerto Rico* (https://www.cienciapr.org)

COVID-19: El repunte veraniego en Puerto Rico [1]

Enviado por Mónica Ivelisse Feliú-Mójer [2] el 27 junio 2024 - 11:39am

[2]

Usar una mascarilla adecuadamente, sobre nariz y boca, en espacios interiores o con pobre ventilación, aglomeraciones y alrededor de personas vulnerables ayuda a prevenir la COVID.

Esta columna fue publicada originalmente en la sección de Opinión de El Nuevo Día, como parte de la colaboración entre CienciaPR y dicho medio. [3]

Por Alberto Rosario, MD

Médico primario y epidemiólogo

En días recientes, Puerto Rico ha registrado un repunte significativo de casos de COVID-19, lo que ha llevado a un incremento notable de hospitalizaciones tanto de adultos como niños. Esta nueva ola de infecciones destaca la importancia de mantener medidas de prevención estrictas y adaptadas a la situación actual para proteger la salud de todos.

El incremento de casos de coronavirus se debe, en parte, a nuevas variantes del virus, que son más contagiosas y, en algunos casos, pueden evadir la inmunidad proporcionada por las vacunas o infecciones previas. Además, se vincula a la relajación de las medidas de prevención y al aumento de actividades sociales y laborales sin tomar las debidas precauciones han contribuido al repunte de casos.

El Departamento de Salud ha registrado un promedio de 2,238 casos diarios de COVID-19 y reporta una tasa de positividad que supera el 40%. Los indicadores confirman un alto nivel de transmisión comunitaria. Hasta ayer, miércoles, en la mañana, la agencia informó que hay 233 personas hospitalizadas con la enfermedad, incluyendo 49 pacientes pediátricos. Salud también confirmó 10 muertes a causa del virus esta semana, lo que suma 7,449 decesos desde que comenzó la pandemia en la isla.

Para ayudar a detener este aumento de casos, los hospitales, oficinas médicas y todas las instalaciones de salud deben implementar medidas que ayuden a detener la cadena de contagios. Aunque el confinamiento no es necesario en este momento, existen una serie de medidas que todos debemos retomar porque son efectivas para lograr este objetivo.

El uso de mascarillas es un primer paso. Las mascarillas actúan como una barrera física que reduce la propagación de partículas liberadas al exhalar o hablar. Estas partículas, conocidas como aerosoles respiratorios, pueden contener el virus. El uso de mascarillas es útil en espacios cerrados y cuando no es posible mantener el distanciamiento físico. Se recomienda el uso de mascarillas N95/KN95 y es importante usarlas correctamente (sobre nariz y boca) para que sean efectivas.

El distanciamiento físico es pertinente. Mantener una distancia de al menos 6 pies de otras personas reduce la probabilidad de inhalar aerosoles respiratorios infectados. Esta medida es crucial en lugares públicos y en sitios donde se aglomeran muchas personas. Esta medida es más efectiva en combinación con el uso de mascarilla.

La ventilación adecuada en espacios cerrados es también crucial porque diluye y dispersa partículas virales en el aire. De esta forma se reduce la concentración del virus en el ambiente. Se sugiere abrir ventanas y puertas para permitir la entrada de aire fresco. Usar sistemas de ventilación y filtración del aire, también puede disminuir significativamente el riesgo de transmisión del COVID-19.

Los sistemas de filtración, como purificadores de aire con filtros HEPA, pueden eliminar partículas virales del aire. Estos dispositivos son útiles en espacios interiores, especialmente en áreas donde la ventilación natural es limitada. La filtración del aire complementa las otras medidas de prevención, proporcionando una capa adicional de protección.

Por otro lado, no debemos olvidar que la vacunación contra el COVID-19 ha demostrado ser altamente efectiva para prevenir la enfermedad grave, la hospitalización y la muerte. Es importante promover la vacunación en las comunidades, incluyendo equipos que puedan acudir a centros comunales, plazas públicas y parques para lograr un alcance significativo en la población.

Igualmente, realizar pruebas regularmente permiten la detección temprana de infecciones. Esto facilita el aislamiento cuando se identifican casos positivos y también permite la prevención de brotes. Estas pruebas deben realizarse al presentar síntomas, al quinto día de la exposición o de manera aleatoria. Si una persona da positivo al virus, debe tomar todas las medidas pertinentes.

La combinación de estas estrategias puede mitigar significativamente los riesgos y ayudar a controlar la pandemia de manera efectiva. **El repunte de COVID-19 en Puerto Rico es un recordatorio de que la pandemia aún no ha terminado y que la vigilancia continua y las medidas preventivas siguen siendo cruciales.**

Comprender las causas detrás de esta nueva ola de infecciones puede ayudarnos a implementar estrategias más efectivas para controlar la propagación del virus y proteger la salud de toda la comunidad.

El autor es integrante de la Red Mundial de Salud o World Health Network, una coalición global que reúne científicos, doctores y profesionales que buscan detener la propagación de Covid-19, así como sus secuelas. También forma parte la red de CienciaPR.

Tags:

- COVID-19 [4]
- covid19-cienciaboricua [5]
- La prevención es la clave [6]

Source URL:https://www.cienciapr.org/es/blogs/conocimiento-tu-salud/covid-19-el-repunte-veraniego-en-puerto-rico?language=en

Links
[1] https://www.cienciapr.org/es/blogs/conocimiento-tu-salud/covid-19-el-repunte-veraniego-en-puerto-rico?language=en [2] https://www.cienciapr.org/es/user/moefeliu?language=en [3] https://www.elnuevodia.com/opinion/punto-de-vista/covid-19-el-repunte-veraniego-en-puerto-rico/ [4] https://www.cienciapr.org/es/tags/covid-19?language=en [5] https://www.cienciapr.org/es/tags/covid19-cienciaboricua?language=en [6] https://www.cienciapr.org/es/tags/la-prevencion-es-la-clave?language=en