

Lo que sigue tras la cuarta ola COVID en México



La **cuarta ola de COVID en México** va a la baja ya que **el número de casos se ha visto reducido**, pero, ¿eso significa que terminó la pandemia?, ¿podemos **retomar la vida de antes**?, ¿qué escenarios podemos esperar de la pandemia?

El Dr. Michel Martínez, jefe de la Unidad de Vigilancia Epidemiológica y Líder del Programa COVID-19 de [TecSalud](#), comentó que pese a que hay un bajo número de contagios **la pandemia no ha terminado** y los contagios del virus **SARS-CoV-2** aún no están controlados.

*“Es cierto que **todos los indicadores están en verde**, pero todavía estamos en fase de pandemia, aún no llegamos a una endemia y por eso **hay que seguirnos cuidando**”,* comentó el médico.

En una entrevista para **CONNECTA**, el infectólogo compartió su visión para los **diferentes escenarios** que podrían presentarse en el **corto y mediano plazo en la pandemia**:



width="900" loading="lazy">

Después de la cuarta ola de COVID en México, escenario 1: dos olas más en 2022

Aunque es el escenario al que ve menor probabilidad de que ocurra, el Dr. Michel señala que **no hay que descartar** la aparición de una **variante** que propicie un **riesgo mayor** en la población.

*“De momento es poco probable (que ocurra), porque **la vacunación es muy reciente hablando de refuerzos** y eso sí está claro que ha disminuido la severidad.*

*“Tendría que ser por **una variante sumamente excepcional** que tenga muchas mutaciones en la parte de (la proteína) **Spike**, la espícula donde se ancla el virus en el tejido respiratorio. Lo veo muy poco probable de momento”,* añadió.

De darse este caso, **se podría esperar que hubiera dos olas de COVID durante el año**, al igual que en 2021, y con **medidas similares** a cuando comenzó la pandemia en 2020.

"El escenario catastrófico o de temor como el que vimos en el verano de 2020 y 2021 no lo vamos a volver a repetir".

Las medidas en este caso:

- **Regreso al confinamiento**, actividades de trabajo y escuelas tendrían que **regresar 100% en modalidad virtual**; establecimientos y áreas recreativas estarían cerradas.

- Uso de **cubrebocas en todo momento**.

- Estar muy bien informado sobre los avances en **contagios y síntomas**.

Serviría experiencia de 2 años para atenuar efectos

Pese a que este escenario pudiera parecer más complicado, el médico señala que en caso de que llegue a ocurrir, el **aprendizaje de la sociedad** en 2 años de pandemia ayudaría a **aminorar el impacto**.

*“No creo que nos vaya muy mal porque **ya entendemos muchas cosas del COVID**. Por ejemplo, entendemos que si te comienza a faltar el oxígeno tienes que ir a un hospital a internarte, a recibir medicación antiinflamatoria temprana.*

*“El **escenario catastrófico** o de temor como el que vimos en el verano de 2020 y 2021 **no lo vamos a volver a repetir**, porque la vacunación sigue avanzando y porque vamos a tener medicamento de acción directa”, explicó.*



width="900" loading="lazy">

Escenario 2, intermedio: una ola de COVID en lo que resta del 2022

Un **escenario intermedio** en la pandemia de COVID sería **similar a lo que se ha registrado durante las últimas semanas** con la variante Ómicron, señaló el Dr. Martínez.

En este escenario, ve la posibilidad de que se registre **una ola de COVID-19**, pero en una **menor escala** de casos que con la variante Ómicron.

*“Con Ómicron fue un mes muy intenso de casos, pero así como subió de rápido, bajó rápido; entonces, (sería) que nada más llegué a **la mitad del número de casos**.”*

*“Sería un escenario dónde haya **suficientes recursos para atender a los pacientes**, dónde también ya **contemos con antivirales** y eso ayudaría mucho a que este escenario intermedio no dure tanto y se vuelva un escenario favorable”, dijo.*

Al igual que en la reciente ola COVID, el médico ve posible **realizar actividades, siempre y cuando se mantengan las medidas de prevención** como el uso de cubrebocas y ventilación en espacios cerrados.

*“**Puedes salir, pero con responsabilidad**. Sí puedes viajar, pero usa el cubrebocas en el avión; o si quieres ir a comer decídete por una **terraza**; está nosotros el exigir a los locales que abran las ventanas para que circulen el aire”, dijo.*

*“**Es cierto que todos los indicadores están en verde, pero todavía estamos en fase de pandemia, aún no llegamos a una endemia y por eso hay que seguirnos cuidando**”.*

Las medidas en este caso:

- Uso de **cubrebocas dentro de inmuebles y también en exteriores**.
- Retomar la **actividad presencial con aforos limitados** en espacios muy bien ventilados como escuelas, oficinas de trabajo, restaurantes al aire libre, entre otros.
- **Limitar el contacto físico**, por ejemplo, evitar abrazos e implementar el saludo de puño, codo o pie.
- **Distanciamiento social** recomendado de 1.5 metros.



width="900" loading="lazy">

Escenario optimista: desaparecen olas COVID y se pasa a fase endémica

Al ser cuestionado sobre **un escenario favorable** después de la cuarta ola de COVID-19, el Dr. Michel señaló que esperaría que las personas pudieran **retomar en gran parte sus actividades** de la era prepandemia.

*“En el escenario optimista siento que **las personas podrían recobrar parte de su vida anterior**; por ejemplo, quitar el cubrebocas en espacios abiertos y tener escuelas abiertas, que eso ya lo estamos viendo en Nuevo León”, comentó.*

En cuanto a la frecuencia y gravedad, el médico dijo que ya **no se esperarían olas de COVID como en los 2 años anteriores** y los casos que se presenten serían en un número esperado o controlado, convirtiéndose en enfermedad endémica.

El Dr. Michel también ve posible llegar a este escenario con los **avances en vacunación**, con el **desarrollo de vacunas de segunda generación** y con la implementación de **tratamientos con antivirales** en los primeros días de contagio.

*“Qué bueno que vamos de salida de esta ola de Ómicron para dar tiempo, por ejemplo, a **Cofepris** y a farmacéuticas para **llenar bien nuestro stock nacional de antivirales para COVID** ahora que los casos están a la baja”, comentó.*

"El COVID no va a desaparecer, es una enfermedad que llegó para quedarse al haberse diseminado en tantas poblaciones y estar replicando en distintos grupos".

Las medidas en este caso:

- . Limitar el uso del cubrebocas** solo en lugares cerrados y con poca ventilación como escuelas, cines o transporte público.
- Retomar **actividad presencial con aforos al 100%** en escuelas, lugares de trabajo y de esparcimiento.
- Eliminar medidas como **tapetes sanitizantes** y toma de temperatura en accesos a instalaciones.
- **Permitir abrazos y saludos de beso** (de no más de 3 o 5 segundos), sin embargo, limitar el saludo de mano y elegir mejor el de puño para evitar una eventual transmisión de otras bacterias.



width="900" loading="lazy">

Las acciones que deberían permanecer

El Dr. Martínez comentó que en cualquiera de los escenarios que se presenten después de la cuarta ola de COVID y el resto del año, **hay medidas de prevención que deben perdurar, como:**

- **La vacunación**
- **Espacios ventilados**
- **Uso del cubrebocas**

*“Estamos saliendo de esta cuarta ola y los casos son muy bajos, hay que verlo como una oportunidad para seguir con la **vacunación** y trabajar, por ejemplo, en **mejorar la ventilación** en escuelas y oficinas ”, comentó.*

Asimismo, el médico dijo que hay otras prácticas que se deben seguir implementando, como el uso de **pruebas de detección de COVID-19** y su solicitud en aeropuertos; también está el **home office** y el uso de **gel antibacterial**.

*“La solicitud de pruebas negativas en aeropuertos no creo que vaya a ser algo que vaya a cambiar, porque finalmente **nunca vamos a dejar de estar exentos de nuevas variantes**; aún y en números verdes, no creo que pronto podamos viajar en avión sin mascarilla.*

*“El uso de **gel antibacterial** debería quedarse porque **concientiza sobre el lavado de manos** y eso contribuyó a tener menos casos de **diarrea infecciosa** en verano, y en invierno el cubrebocas ayudó a disminuir drásticamente los **casos de influenza**”, añadió.*

En cuanto al **home office**, dijo que se comprobó que las empresas pueden seguir funcionando, y contribuye a una mejor dinámica en las ciudades y sirve a los negocios a reducir costos con un menor número de empleados presenciales.

*“El **COVID no va a desaparecer**; es una enfermedad que llegó para quedarse”, finalizó.*

LEE TAMBIÉN:

CONSULTA EL ESPECIAL: