

Rebote de COVID-19 en el mundo, ¿cómo estar prevenidos?



Ante el **rebrote de COVID** en **Asia y en Europa**, ¿qué posibilidades hay de que ocurra uno en México? y ¿qué **acciones podemos tomar** en caso de que vuelva a **subir el número de casos**?

Miembros del Equipo COVID-19 de [TecSalud](#) compartieron que **el incremento de casos o rebrotes** de contagios **se puede esperar también en nuestro país**.

*“El fin de la pandemia está lejos. Esto de que ocurran **rebrotos** es algo que **va a suceder cada cierto tiempo**, es algo que ya se había especificado”,* señaló el Dr. Reynaldo Lara, infectólogo de **TecSalud**.

El medico, así como la Dra. Gloria Aguirre, también infectóloga de **TecSalud**, compartieron con **CONECTA** los aspectos que hay que saber en caso de que se presenten estos rebrotes, así como las medidas que habría que tomar en estos escenarios.



width="900" loading="lazy">

Rebote de COVID en países del mundo ante relajación de medidas

Según el Dr. Lara es normal que se presenten brotes de contagios por el virus **SARS-CoV-2** debido a la **relajación en las medidas de prevención** por la baja en el número de casos y citó:

*“Se reanudan las actividades y se relajan un poco las medidas de aislamiento. Es algo que eventualmente tenía que suceder, que todos se incorporarán a sus actividades. Los brotes son algo con lo que **vamos a tener que aprender a vivir**”.*

De acuerdo con la Dra. Aguirre en estos casos se debe considerar el promedio de casos nuevos y explicó:

*“Si empezamos a ver **un aumento no contenido en el número de casos** podemos hablar de un brote. Los números más importantes al tratar de identificar uno son **el promedio de casos nuevos y de positividad en pruebas COVID**”.*

“El fin de la pandemia está lejos. Esto de que ocurran rebotes es algo que va a suceder cada cierto tiempo”.- Reynaldo Lara.

Un 20% de aumento de casos ya es rebote

En opinión del infectólogo para considerar un aumento de casos como un rebrote, a nivel población, hay que hacer una **relación con el número de contagios que se hayan registrado durante el último mes o mes y medio.**

*“Habitualmente **cuando hay un 20% por arriba** de lo último que se ha estado observando, entonces, se puede considerar que se está viendo un brote como tal, hablando específicamente de COVID-19”.*

En el caso de los brotes alrededor del mundo, así como los casos que hoy se registran en México, el Dr. Lara señaló que **es Ómicron la variante que sigue predominando.**



width="900" loading="lazy">

Cuidado con los brotes pequeños en trabajo y escuelas
La Dra. Aguirre señaló que los brotes en lugares de trabajo y escuelas también se pueden identificar cuando el aumento de número de los casos están relacionados entre sí y agregó:

*"Se puede analizar si hay esa tendencia en el aumento porque sabemos que **esto es exponencial**, si se enferma uno y luego al otro día 2 y luego 5, tienes que actuar. Yo creo que **en cuestión de unos 5 días** se tendrían que tomar medidas.*

"Para hacer frente al brote tendrían que rastrear contactos, tomar medidas de aislamiento oportunas y reforzar las medidas de prevención, como el cubrebocas y la mayor ventilación, y disminuir el número de personas que asisten o están en un mismo lugar".

En cuanto al número de pruebas positivas la Dra. señaló que se tendrían que implementar medidas en caso de que el **porcentaje de positividad ascienda por encima del 5%**.

"Si empezamos a ver un aumento no contenido en el número de casos podemos hablar de un brote".- Gloria Aguirre.

Prevención de rebrotes: refuerzo de vacunación y cubrebocas

Aunque la Dra. Aguirre señaló que **no es posible predecir si habrá o no brotes de COVID-19**, dijo que hay medidas que las personas pueden tomar para **prepararse ante un incremento de casos**. Afirmó que una de las más importantes es **la vacunación**.

"Ahorita es el momento idóneo para que quiénes no tienen su esquema completo o les falta el refuerzo se lo pongan y que tengan un efecto de protección significativo al llegar otra vez la siguiente ola, brote o aumento de casos", subrayó la Dra. Gloria.

Por su parte el Dr. Lara citó el mantener precauciones porque aunque se han quitado ciertos protocolos de seguridad, el cuidado debe prevalecer y afirmó:

*"Hay que ser muy cautos pues a pesar de que ya se levantaron ciertas restricciones como el uso obligatorio de cubrebocas, todavía hay que ser responsables y **llevar tu cubrebocas a todos lados** para que lo uses cuando entres a un lugar cerrado"*.

Sugirió que las personas que lleguen a tener **síntomas asociados a COVID-19** se realicen una prueba, y en caso de no poder hacerlo, consideren aislarse como si estuvieran infectados para evitar poner en riesgo a otros.



width="900" loading="lazy">

Medidas a seguir: ventilación y la reducción de aforos

En caso de que comience a registrarse un incremento de casos, el infectólogo de TecSalud señaló que más allá de tener que volver a exigir el uso del cubrebocas en espacios abiertos, tendrían que tomarse medidas como **reducir los aforos**.

*“Lo primero que tendría que **revertirse es el aforo al 100%**, más que volver a utilizar el cubrebocas en lugares abiertos. Se tendría que considerar el disminuir el aforo, por ejemplo, en escuelas, plazas comerciales, restaurantes y comercios”,* agregó.

La Dra. Aguirre instó, por su parte, a procurar el ventilar espacios para evitar estar en lugares donde el virus permanezca en el aire y comentó:

*"Los espacios con buena ventilación deben seguir. **El uso de ventiladores también puede ayudar** a que el aire circule porque si hay personas infectadas exhalando el virus, las partículas virales quedan suspendidas en el aire por un tiempo importante".*

"Los espacios con buena ventilación deben seguir. Los ventiladores también pueden ayudar a que el aire circule".- Gloria Aguirre.

Consejo: estar atentos a la información local

El Dr. Reynaldo Lara dijo que aunque en China y otros países europeos se ha registrado un incremento de casos que ha llevado a ciudades a regresar al confinamiento, **en nuestra región un brote podría ser distinto**. Sugirió consultar información local.

*“Hay que **estar atentos a las noticias locales** de donde vivimos para ver cuáles son los pasos a seguir. Si bien es cierto que hay lugares donde hay brotes, debemos tomar en cuenta las características de las zonas donde están ocurriendo estos brotes.*

“Por ejemplo, en lugares donde se están presentando brotes importantes se utilizaron vacunas que tal vez no sean tan efectivas, y la población que tiene su esquema completo de vacunación es mucho menor comparado con la de otros lugares”, explicó.

En cuanto a regiones de Europa citó que un aspecto importante a considerar es la movilización de personas que se está presentando a causa de la **guerra entre Rusia y Ucrania**, donde las medidas de prevención pasaron a segundo término.



width="900" loading="lazy">

Y en México, ¿cuál es el panorama?

Pese a que no descarta que en nuestro país se puedan presentar brotes en un futuro cercano, el especialista señaló que estos podrían ocurrir de manera distinta a otras regiones debido a factores como el **avance de la vacunación**.

*“En nuestro país **muchas personas ya tienen el esquema completo de vacunación**. Tal vez aquí la diferencia es que muchas personas tienen vacunas de diferentes tipos y ese podría ser un factor a considerar, pero, de momento, solamente hay que estar atentos a las noticias.*

*“Y en cuanto a la relajación de medidas si se debería o no **utilizar el cubrebocas en espacios abiertos** es todo un tema. Al final es una decisión personal pues aunque se levante esa restricción*

es decisión de cada persona usarlo para estar protegido”.

Según el infectólogo, pese a que no es seguro que se vaya a presentar, **sería normal esperar un rebrote** en México en **un mes y medio después** de que se registre en otras regiones como **Estados Unidos o Europa.**

“Los hospitales están preparados para la atención y saben cómo ajustarse ante un probable aumento de casos”.- Reynaldo Lara.

El sistema de salud frente a un rebrote de COVID
El infectólogo comentó que durante la pandemia con cada oleada de COVID-19 se registraban más casos en relación a la anterior, sin embargo esto no ha sido igual hablando de hospitalizaciones y defunciones.

*“Un aumento de casos sí impacta, obviamente en la cuestión económica porque las personas dejan de trabajar, pero en cuestión de salud observamos que **el efecto de las vacunas** sí evita que no todo el que se enferme llegue a un hospital o a fallecer.*

*“Ya **los hospitales están preparados para el tipo de atención** a los pacientes y hasta cierto punto cada hospital tiene sus áreas y sabe cómo las ajusta y moldea ante un probable aumento de casos”,* refirió el entrevistado.



width="900" loading="lazy">

Brotos hoy serían por Ómicron BA.2

Actualmente la subvariante BA.2 de Ómicron tiene cualidades, como su alto nivel de transmisibilidad, que la hacen ser predominante, incluso por encima de la subvariante original de esa cepa, dijo la Dra. Aguirre.

*"Con **Ómicron BA.2** se vio que el **riesgo de reinfección es mayor y en menor tiempo**, en cuestión de semanas o un par de meses; además se ha visto que tiene **mayor evasión inmune** aunque la persona haya generado anticuerpos.*

*"Todo eso afecta, aunado a la **disminución del efecto de la vacuna** por el tiempo, a que muchos no se hayan puesto los **boosters o refuerzo**, o a que personas que con algún factor de riesgo de inmunocompromiso todavía les dura menos la protección que confiere la vacuna", agregó la doctora.*

Según la especialista los últimos reportes de la **Organización Mundial de la Salud (OMS)** que se realizan en secuenciación de pruebas COVID indican que **más del 99% son originadas por la variante BA.2.**

Hay que mantener la calma ante posibles rebrotos

Para el Dr. Lara y ante el escenario actual de posibles brotes de COVID, **la sociedad debe mantener la calma** y entender que al igual que otras enfermedades como la influenza, el COVID-19 podría perdurar por tiempo indefinido.

*"Es conveniente decirle a las personas para que entiendan y comprendan que **este es un virus que muy seguramente llegó para quedarse** y que vamos a encontrar brotes al igual que con otras enfermedades respiratorias y otros virus como la influenza.*

*"En estos dos años hemos aprendido que **tenemos medidas de precaución que son efectivas** y que nos pueden ayudar a contener el control de casos. Hay que estar atentos a las noticias para saber que hay que hacer para evitar un posible incremento de contagios", dijo para finalizar el Dr. Lara.*

LEE TAMBIÉN: