Nefrología al día

Sociedad Española de Nefrología

ID COVID-009

Diciembre 2021. Emergencia nacional: el plan B somos nosotros

Actualizado el **20 de diciembre de 2021**

CÓMO CITAR ESTE ARTÍCULO

Diciembre 2021. Emergencia nacional: el plan B somos nosotros. En: Lorenzo V, López Gómez JM (Eds). Nefrología al día [Internet]. ISSN: 2659-2606. 2021 Disponible en: https://nefrologiaaldia.org/articulo/diciembre-2021-emergencia-nacional-el-plan-b-somos-nosotros/

CONTENIDO

¿Se han equivocado los expertos científicos? 1
¿Tendremos una emergencia sanitaria otra vez? 2
¿Y qué significa vacunados correctamente? 2
¿Es recomendable hacerse un test de antígenos antes de acudir a la cena familiar? 2
¿Qué debo hacer si tengo un test de antígenos positivo, aunque esté vacunado? 2
¿Es seguro reunirse en casa para la cena? 3
¿Cuál es nuestro plan B? 3

Volvemos a una situación muy complicada con la llegada de ómicron, un virus muy contagioso. Vamos a contestar algunas preguntas necesarias y hacer algunas recomendaciones.

¿Se han equivocado los expertos científicos?

Pues no y sí. Veamos. Desde el inicio siempre se anunció la posibilidad de nuevas variantes sino se vacunaba a la población mundial. Y así ha sido: alfa, beta, delta, ómicron. Ahora bien, nunca ha existido un virus con tanta capacidad de transmisión, con tanta extensión y con 50 mutaciones, de las que 30 se encuentran en el "pico" del virus que entra en las células y que es donde actúan las vacunas. Eso no era esperable.

Ómicrón se transmite más fácilmente, pero ¿produce una infección más severa o no? Su transmisión es velocísima, duplicando los casos en tres días y en unas semanas va a ser predominante en el mundo, reemplazando a la delta. Se explica porque parece adherirse 70 veces más que delta a las paredes internas (mucosas) de tráquea y bronquios, pero diez veces menos al pulmón. Por ello, parece que la infección será menos severa con menos neumonías, hospitalizaciones y necesidades de oxígeno, pero es pronto aún para ser una certeza.

¿Tendremos una emergencia sanitaria otra vez?

Lamentablemente sí. Aunque las infecciones sean menos severas, el número va a ser tan elevado que saturarán los servicios sanitarios y hospitales sin duda alguna. De nuevo, supondrá un estrés importante para nuestros trabajadores sanitarios y nuestros hospitales. Va a ser duro otra vez.

Entonces, **¿tendremos que cambiar nuestros proyectos de viajes para estas Navidades y fin de año?** Siempre que se viaja hay un riesgo de mayor contacto y por tanto de infecciones. Debemos de ser muy prudentes. Tenemos que estar vacunados, con tercera dosis aquellos que recibieron la segunda hace más de seis meses, con mascarillas permanentes y eficientes en lugares interiores como aeropuertos o trenes. Habrá infecciones sin duda, y especialmente de riesgo en no vacunados, pero una vez vacunados correctamente, todo está en nosotros.

¿Y qué significa vacunados correctamente?

Todas las vacunas todavía parecen proporcionar un grado significativo de protección contra enfermedades graves causadas por ómicron, que es el objetivo más importante. Pero solo las inyecciones de Pfizer y Moderna, cuando se refuerzan con una tercera dosis, parecen tener un éxito inicial para detener las infecciones. Es trascendental recibir la tercera dosis cuando hayan pasado seis meses de la segunda. Es la decisión más importante y debe acelerarse de forma urgente, así como la vacunación de los niños (aunque la de 2 a 4 años se retrasará por escasa respuesta a las dosis programadas en el estudio).

¿Es recomendable hacerse un test de antígenos antes de acudir a la cena familiar?

Dicen que no funcionan. A ver. Los tests de antígenos no son tan sensibles como la PCR y fueron desarrollados para personas enfermas y no para asintomáticas. Pero es muy recomendable realizar test de antígenos antes de reunirse:

•Un resultado positivo significa que tiene una infección.

•Un resultado negativo significa que es posible que no tenga una infección. Repetir la prueba con al menos 24 horas aumentará la confianza de que no está infectado. En cualquier caso, una sola prueba negativa con menos de seis horas significa que incluso si estuviera infectado su carga viral es muy pequeña y no transmisible, aunque 24 horas después pudiera ser positiva.

¿Qué debo hacer si tengo un test de antígenos positivo, aunque esté vacunado?

Aislarse y ponerlo en conocimiento de las autoridades sanitarias, pues la cantidad de infecciones es muy superior a las reportadas, no sólo por los asintomáticos sino por quienes ocultan los datos. En general, a los diez días del comienzo de los síntomas puede terminar el aislamiento.

¿Qué debo hacer si estoy vacunado y tengo un contacto estrecho con un paciente infectado? Hoy en día, no es necesario aislarse si está vacunado y especialmente si ha recibido la tercera dosis. Es importante hacerse un test tres a cinco días más tarde para excluir la infección.

¿Es seguro reunirse en casa para la cena?

Reunirse en casa con personas conocidas sin síntomas y completamente vacunados, es decir con tres dosis o con dos dosis (pero la segunda antes de seis meses), es seguro, aunque haya niños menores de 11 años no vacunados aún. Nada es 100% seguro claro, pero podemos estar razonablemente confiados. En esas condiciones, no es necesario el uso de mascarillas. Aconsejamos test de antígenos realizados seis horas antes tal y como hemos explicado.

¿Cuál es nuestro plan B?

Llevar mascarilla incluso en exteriores, evitar los interiores no ventilados, vacunarnos de la tercera dosis cuando hayan pasado más de seis meses de la segunda, realizarnos tests a los 3-5 días de contacto con un contagiado, e informar si es positivo. Y no perder el sentido del humor que es muy sano.

Nefrología al día · Sociedad Española de Nefrología · ISSN 2659-2606
https://nefrologiaaldia.org/articulo/diciembre-2021-emergencia-nacional-el-plan-b-somos-nosotros/