

MONOGRAMA

SEPTIEMBRE DE 2023



Novedades sobre las enfermedades respiratorias de otoño de 2023: Vacunas y protección para el invierno

El otoño llegó para quedarse, y también los bichos. No solo los que vuelan, caminan o pican, sino también los virus respiratorios que afectan nuestra vida diaria cada otoño e invierno. Con el aumento previsto de varias enfermedades, la influenza (gripe), el virus respiratorio sincicial (RSV, en inglés) y COVID-19 (coronavirus), se recomienda a los habitantes y visitantes vacunarse como forma de proteger a sus familias.

Cuando usted o sus hijos se enferman, le rogamos que se quede en casa, dentro de lo posible, para proteger a los demás. Recuerde que un resfriado común podría ser la causa de hospitalización de la próxima persona que lo contraiga.

Las mascarillas son otro método para proteger a los demás. Si está enfermo, pero no puede permanecer en su casa, se le recomienda enfáticamente usar una mascarilla de alta calidad en lugares públicos cerrados.

Como prevención y dada la actual cantidad de casos de COVID-19 en nuestras comunidades, es razonable que las personas que quieran protegerse usen mascarillas en lugares públicos cerrados.

MONOGRAMA

SEPTIEMBRE DE 2023

COVID-19 (coronavirus)

La COVID-19 (coronavirus) está de nuevo extendida en nuestra región, y las hospitalizaciones van en aumento en toda California. Si bien el nivel de las hospitalizaciones se mantiene muy por debajo de los índices de las oleadas anteriores de COVID-19, prevemos que habrá un aumento constante a medida que se acercan los meses invernales. Actualmente, la mayoría de las personas hospitalizadas por COVID-19 son adultos mayores y personas con vacunación insuficiente.

Las previsiones actuales para las enfermedades respiratorias invernales sugieren que podría ser otro invierno difícil para los hospitales y las comunidades. A pesar de que no es fácil pronosticar estas cosas, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, en inglés) estiman que los efectos de la COVID-19 durante la temporada invernal serán similares a los del invierno pasado, y las epidemias invernales de gripe y RSV probablemente serán las típicas de los inviernos anteriores a la pandemia. En conjunto, es de prever que estos tres virus respiratorios sean responsables de la muerte de miles de personas y de muchas más hospitalizaciones. Ahora, por primera vez, hay vacunas disponibles que reducen el riesgo de las tres enfermedades. El nivel de gravedad que las comunidades enfrenten durante la estación de enfermedades respiratorias dependerá en parte de cuántas personas decidan vacunarse.

El Departamento de Salud Pública del Condado de Mono alienta a prácticamente todas las personas a darse la vacuna contra la gripe y una nueva dosis de la vacuna contra la COVID este otoño. Esta nueva dosis ofrece mejor protección contra las variantes actuales y reforzará la inmunidad de quienes la reciban. La nueva vacuna contra la COVID-19 estará disponible en algún momento de este mes. Las personas a las que más recomendamos que se vacunen son los adultos mayores por su elevado riesgo, pero se recomienda a partir de los 6 meses de edad. Muchos jóvenes que presentan casos graves de COVID no tienen los factores de riesgo habituales.

Es necesario esperar por lo menos dos meses después de haberse dado otra vacuna contra la COVID para recibir la nueva dosis.

Las vacunas contra la COVID seguirán siendo gratis para la mayoría de la gente. Estarán cubiertas prácticamente por todas las compañías de seguro y deberían estar disponibles en farmacias locales y consultorios médicos. Existen programas que ofrecen vacunas gratuitas para las personas que no tienen cobertura de seguro para vacunaciones. La División de Salud del Condado de Mono ofrecerá vacunas contra la COVID a quienes no puedan acceder a ellas de otro modo.

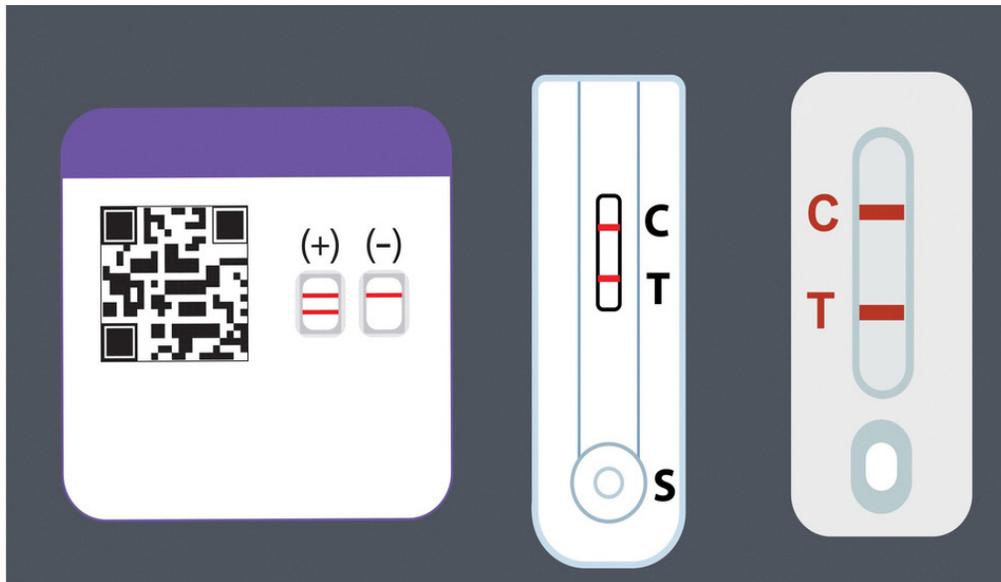
Beneficios de la nueva dosis de la vacuna contra la COVID-19 para personas mayores:

- A esta altura, la mayoría tenemos un cierto grado de inmunidad y estamos protegidos de enfermarnos gravemente, ya sea por la vacunación, la infección o, con frecuencia, ambas.
- La inmunidad contra enfermedades graves disminuye con el tiempo, especialmente en los adultos mayores.
- La mayoría de las personas hospitalizadas en esta época por COVID-19 tienen por lo menos 70 años de edad.
- El objetivo de la vacunación contra la COVID-19 es fundamentalmente prevenir los casos graves de la enfermedad al mantener una inmunidad parcial. Estas vacunas son muy eficaces para prevenir la hospitalización y la muerte.
 - La protección contra infecciones leves y asintomáticas no es tan eficaz y tiende a durar solo unos meses.
- Las vacunas son seguras, y es difícil predecir quién deberá ser hospitalizado por la COVID-19, por lo que es preferible optar por la vacunación.

MONOGRAMA

SEPTIEMBRE DE 2023

COVID-19 (coronavirus)



Si se enferma:

Por lo general, el tratamiento inmediato previene la progresión a un caso grave de COVID-19, por lo que es importante no demorar en hacerse la prueba. Todas las personas a partir de los 12 años de edad que obtienen un resultado positivo de COVID-19 y presentan síntomas deben consultar con un médico acerca del tratamiento.

Si tuvo un resultado positivo en una prueba de COVID-19, presenta síntomas y no puede comunicarse con un profesional de atención médica dentro de las 24 horas siguientes de haberse enterado del resultado, llame al (833) 686-5051 o programe una cita gratis de telemedicina en www.sesamecare.com/COVID.

Existen datos reales que demuestran que el tratamiento precoz de la COVID-19 ayuda a prevenir la hospitalización

A los adultos* que se les recetó Paxlovid para casos leves a moderados de COVID-19 tenían

51% menos probabilidad de ser hospitalizados en comparación con los que no lo recibieron

*Independientemente del estatus de vacunación

Si presenta síntomas de COVID-19:

- 1 HÁGASE LA PRUEBA**
Hágase una prueba casera, o busque un lugar donde se hagan pruebas o un sitio de prueba y tratamiento.
- 2 CONSULTE**
Si da positivo, hable con un profesional de atención médica sobre el tratamiento.
- 3 SIGA EL TRATAMIENTO**
Inicie el tratamiento dentro de los 5 días.

Los medicamentos para la COVID-19, Paxlovid y Lagevrio, son gratuitos actualmente para todos los habitantes de California, independientemente del seguro del paciente o el estatus migratorio.

Se recuerda a los empleadores y trabajadores que sigan la guía y los recursos para después de emergencias de CalOSHA, que están vigentes hasta 2025.

MONOGRAMA

SEPTIEMBRE DE 2023

Influenza (gripe)

La gripe es una enfermedad respiratoria contagiosa provocada por los virus de la influenza que infectan la nariz, la garganta y, a veces, los pulmones. La gripe puede causar enfermedad leve a grave y, a veces, llevar a la muerte.

La mejor manera de prevenirla es vacunándose todos los años. La vacuna contra la gripe se recomienda a partir de los 6 meses de edad. Sin embargo, al igual que con la COVID-19, cuanto mayor sea la persona y más problemas médicos tenga, más ventajas tendrá la vacuna contra la gripe. Se ha demostrado que las vacunas contra la gripe disminuyen el riesgo de contraer la enfermedad, de ser hospitalizado o morir por su causa. De modo parecido al uso de mascarilla, la vacuna contra la gripe protege a la persona inmunizada, así como a las personas de su entorno.



Entre los beneficios de la vacuna contra la gripe, se encuentran los siguientes:

- Disminuye aproximadamente a la mitad el riesgo de contraer gripe.
- Reduce la gravedad de la enfermedad en personas inmunizadas que igual se hayan enfermado.
- Reduce las probabilidades de contraer la enfermedad y de tener que consultar al médico, recibir asistencia de urgencia o ir a la sala de emergencias.
- Reduce el tiempo perdido en el trabajo o los estudios por la enfermedad.
- Disminuye las probabilidades de ser hospitalizado o morir a causa de la enfermedad.

La información de los CDC sobre los beneficios de la vacunación contra la gripe se puede consultar [aquí](#).

La vacuna contra la gripe se puede obtener en farmacias, clínicas de atención médica primaria y las **clínicas semanales del Departamento de Salud Pública del Condado de Mono**.

MONOGRAMA

SEPTIEMBRE DE 2023

Virus respiratorio sincicial (RSV)

El virus respiratorio sincicial (RSV, en inglés) es un virus respiratorio estacional común que, al igual que la influenza, es responsable de las hospitalizaciones y los fallecimientos de miles de personas cada año. Se lo conoce como una epidemia invernal anual que afecta gravemente a los bebés y niños pequeños, provocando bronquiolitis y neumonía. En la mayoría de los adultos, el RSV se presenta como un resfriado común, pero, al igual que la COVID-19, los adultos mayores y las personas con una variedad de afecciones médicas corren el riesgo de enfermarse gravemente.

Es importante aclarar que hay dos nuevas vacunas contra el RSV disponibles para las personas mayores de 60 años. Los estudios que motivaron a la Administración de Medicamentos y Alimentos (FDA, en inglés) a aprobarlas demostraron que son eficaces para prevenir casos graves de la enfermedad. Por el momento, estas dos nuevas vacunas se recomiendan para los mayores de 60 años con un riesgo más elevado de enfermarse gravemente, en consulta con el proveedor de atención médica del paciente (los CDC recomiendan una “toma de decisiones compartida”). El Departamento de Salud Pública del Condado de Mono no está suministrando la vacuna contra el RSV.

Una de las nuevas vacunas contra el virus respiratorio sincicial, Abrysvo, fue recientemente aprobada por la FDA para administrarse en una etapa avanzada del embarazo para proteger al bebé en los primeros 6 meses de vida, pero aún no se han publicado las recomendaciones nacionales de uso.

Existe un nuevo anticuerpo monoclonal contra el RSV, llamado nirsevimab, que protege a los bebés durante la temporada invernal de RSV. La Academia Estadounidense de Pediatría recomienda una dosis única de nirsevimab para todos los bebés que nacen durante la temporada de RSV o al principio del invierno si tienen menos de 8 meses de edad. También se recomienda para niños de 8 a 19 meses con riesgo más elevado de enfermarse gravemente y que están por ingresar a su segunda temporada de RSV. Consulte con el proveedor de atención pediátrica sobre esta importante medida de prevención.



Algunos de los síntomas del RSV en bebés pequeños pueden ser:

- Irritabilidad
- Disminución de la actividad
- Disminución del apetito
- Apnea (pausas en la respiración)

