

5 de abril de 2020

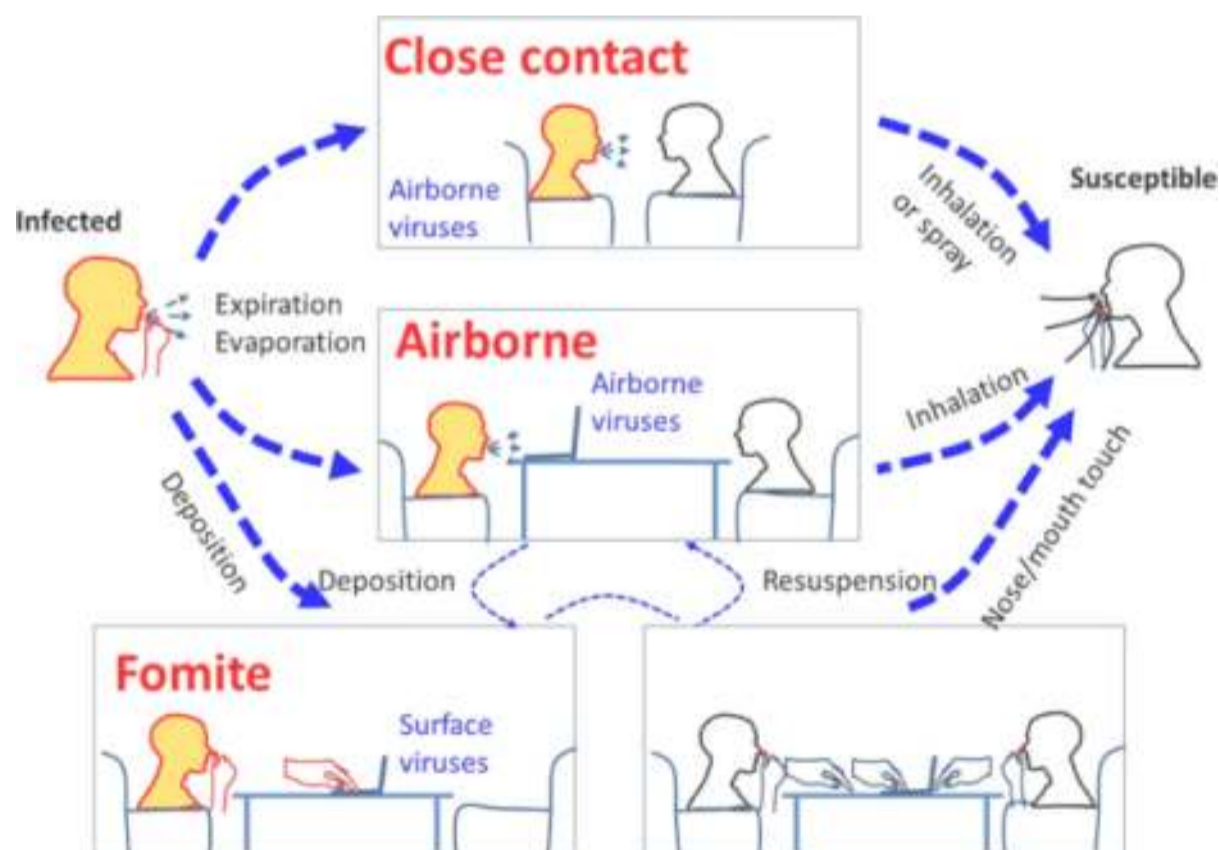
Respiradores para todos: ¿exageración mediática o indispensable?

Mucho se ha escrito en los medios en los últimos días sobre la necesidad de usar máscaras. Muchas contradicciones. En la prensa dominical de hoy, BR Berset hizo otra declaración clara: no hay razón para que todos debamos buscar máscaras. Y la evidencia lo demuestra: *las máscaras quirúrgicas solo tienen sentido para las personas con síntomas de infección respiratoria porque reducen la transmisión de virus de enfermos a sanos.*

En línea con el principio de "**Seguir la ciencia**", me gustaría resumir los argumentos más importantes en los que se basa el uso de máscaras basado en la evidencia. No discutiré todas las pruebas, pero al menos haré referencia a las más importantes entre paréntesis. Hace unos días, un trabajo importante sobre esto también se publicó en "Nature Medicine".

Vías de transmisión

Las infecciones del tracto respiratorio se transmiten de persona a persona (Fig. 1).



(<http://infekt.ch/content/uploads/2020/04/C05C143C-D5C0-4CB5-8A51-37159DB629AC.png>)

Cada patógeno tiene sus propias peculiaridades. Pero básicamente todos los patógenos se transmiten a través del **contacto directo**. Los patógenos se depositan principalmente en superficies de nuestro medio ambiente. Allí permanecen infecciosos durante solo unos minutos u horas (no se puede equiparar con demostrable [NEJM, 17/03/20 (<https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJMc2004973>)]). Pero en la vida cotidiana estamos en contacto constante con nuestro entorno. Y así, los gérmenes de nuestro medio ambiente entran en nuestras manos constantemente. Esto no sería un gran problema, pero en la vida cotidiana nos enfrentamos casi continuamente, 3-4 veces por hora, según un estudio realizado por los NIH [CID 2013 (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3552529/>)], la mitad incluso en

ACTUALMENTE INFORMADO

Ingrese su dirección de correo electrónico y reciba los últimos artículos en su buzón.

OFERTA Y HABILIDADES

🗨 Consulta infecciosa (<https://infekt.ch?p=14678>)

🌐 Medicina de viaje (<https://infekt.ch?p=15455>)

📅 Horario de atención de ITS, prueba de VIH anónima (<https://infekt.ch?p=15454>)

🔬 Investigación (<https://infekt.ch?p=15456>)

👤 Servicio de consultoría (<https://infekt.ch?p=14567>)

📄 Higiene hospitalaria (<https://infekt.ch?p=15459>)

la nariz o la boca. Esta acción inconsciente conduce a un contacto directo de nuestra membrana mucosa con nuestro entorno y es probablemente la ruta de transmisión más importante para las infecciones respiratorias. Patógenos como la gripe, el VSR y los coronavirus ingresan al cuerpo principalmente a través de nuestra mucosa oral y nasal.

Transmisión por aire

No todos los patógenos se **transmiten por aire con la** misma frecuencia. La tuberculosis es un ejemplo de una bacteria que tiene que penetrar profundamente en las vías respiratorias para desencadenar una infección. Aquí se sabe que la transmisión a través de los llamados aerosoles juega un papel importante. Estas son las partículas más finas, más pequeñas que 5 µm, que permanecen en el aire. Estos pueden cubrir distancias más largas (> 1-2 m). Los patógenos se transmiten con mayor frecuencia por aire que por gotas más grandes al toser. Las gotas también se depositan cerca de la persona que tose y se pueden transportar a través del contacto directo.

Debido al pequeño tamaño de partícula de los aerosoles, utilizamos máscaras con poros más finos, llamadas máscaras FFP-2, en hospitales donde la formación de aerosoles es esencial (por ejemplo, tuberculosis).

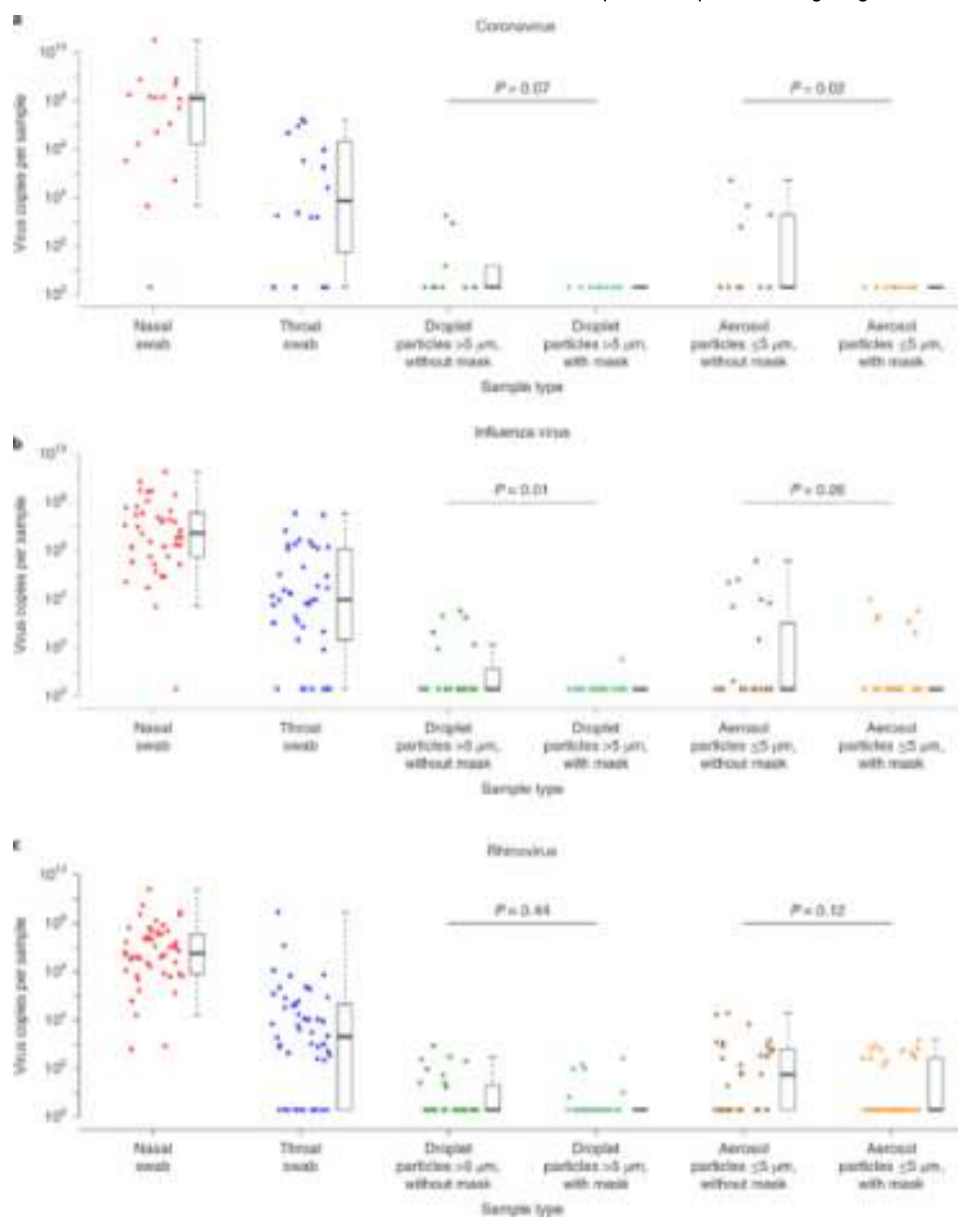
¿Las máscaras ayudan a reducir la transferencia de aire?

La pregunta ahora es si las máscaras pueden prevenir la transmisión aérea. Y sobre todo si este posible efecto también es relevante. Aquí nos basamos (<https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/who-china-joint-mission-on-covid-19-final-report.pdf>) inicialmente en el análisis epidemiológico de la OMS [Informe de la OMS, 28.2.20, página 8 (<https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/who-china-joint-mission-on-covid-19-final-report.pdf>)]. Según esto, los epidemiólogos descubrieron que el virus corona se transmite principalmente a través del contacto y las gotas. La contribución de los aerosoles a la transmisión es insignificante. En relación con COVID-19, esta hipótesis se confirma en dos documentos [Ong et al 3.3.20 (<https://jamanetwork.com/journals/jama/fullarticle/2762692>) y Ng et al, 16.3.20 (<https://annals.org/aim/fullarticle/2763329/covid-19-risk-health-care-workers-case-report>)].

Comparación de la gripe, el coronavirus y el VSR

(<https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/krankheiten/krankheiten-im-ueberblick/rsv.html>) (**virus sincitial respiratorio**)

Esta semana, Leung et al publicaron un estudio muy perspicaz sobre el efecto protector de las máscaras en los coronavirus en "Nature Medicine" [3.4.20 NatMed (<https://doi.org/10.1038/s41591-020-0843-2>)] Aquí se midió la concentración de los virus en las secreciones nasales y la garganta en pacientes con una infección viral del tracto respiratorio. Luego se observó a los pacientes en una habitación cerrada durante 30 minutos y luego se midieron tanto las gotas como los aerosoles. Lo que es especial ahora es que la mitad de los pacientes no usaban una máscara mientras que el otro usaba una máscara quirúrgica normal. Se mostraron dos observaciones interesantes: Primero, solo en pacientes corona que también tosieron (¡a diferencia del RSV!) Virus en el aire (gotas o aerosoles). En segundo lugar, las máscaras quirúrgicas fueron suficientes para evitar la formación de aerosoles (Fig. 2).



(http://infekt.ch/content/uploads/2020/04/41591_2020_843_Fig1_HTML.png)

La recomendación de BAG sigue siendo válida

Estos resultados muestran que las recomendaciones de BAG siguen teniendo sentido y que nuestro conocimiento, que se ha establecido durante años para las enfermedades virales del tracto respiratorio, también puede usarse para los coronavirus:

- Si no tiene síntomas (tos, secreción nasal), no tiene que usar una máscara para proteger a los demás.
- Las máscaras reducen el riesgo de transmisión de una persona enferma cuando tose.
- En las horas previas al inicio de los síntomas, en los que una persona puede contagiarse por contacto, este contagio no se previene con el uso de máscaras.
- Según lo que sabemos, usar una máscara no parece ser necesario para otras personas.
- La transmisión del virus más común es a través del contacto. Las medidas de higiene siguen siendo la medida preventiva más importante.

Könnte das Tragen von Masken kontraproduktiv sein?

Ahora hay más y más personas que simplemente usan una máscara para su tranquilidad sin una buena razón. Podría ser que las máscaras nos impidan tocar nuestras caras. Pero también debemos permitirnos la pregunta de si usar la máscara también nos impide llevar a cabo medidas de higiene regulares, de acuerdo con el lema: "Me pongo una máscara, estoy protegido". No conozco ningún estudio sobre esta cuestión. Pero al menos una observación de la vida cotidiana en el hospital: veo a algunos que ahora llevan una máscara todo el tiempo. Pero también observo regularmente que la mayoría de los empleados almuerzan sin lavarse o desinfectarse las manos después de quitarse la máscara. ¡Tu sándwich te pone el virus en la boca! Con o sin máscara: tenemos que acostumbrarnos para cambiar nuestro comportamiento de higiene. Todo lo demás es un acompañamiento.

© Foto por engin akyurt en Unsplash

 tuitear (<https://twitter.com/share?>

 compartir (<https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?>

Prof. Dr. med. Pietro Vernazza

El profesor Pietro Vernazza es médico jefe de infectología y ha trabajado en el Hospital Cantonal St. Gallen desde 1985. Antes de trabajar en el hospital cantonal, completó la siguiente capacitación: estudios en medicina humana, Universidad de Zurich 1976-1982 / capacitación clínica en medicina interna 1983-1988, Sursee y St.G ... Más (<https://infekt.ch/author/pietro-vernazza-2/>)



Oferta y habilidades (<https://infekt.ch/unser-angebot/>)
haftungsausschluss/)

Pie de imprenta (<https://infekt.ch/impressum/>)

Descargo de responsabilidad (<https://infekt.ch/disclaimer-rechtlicher-hinweis-auf->
Derechos de autor (<https://infekt.ch/copyright/>)

