

Reapertura: De aplanar la Curva a Controlar el COVID-19

No soy un experto médico, pero soy un ciudadano preocupado que busca una aproximación racional para manejar y sobrevivir a esta pandemia. Desde que apareció del Covid-19 en enero, he seguido día a día cualquier noticia del virus, desde sus síntomas, detección, tasa de infección, porcentajes de contagio, recuperación y muertes, así como conocer el comportamiento de este virus en Japón y diferentes países del mundo.

A finales de marzo, China entró en una fase de control del virus en Wuhan después de un duro confinamiento, que mostró que en unos dos meses China había logrado contener el virus en Wuhan, una ciudad de alrededor de 10 millones de habitantes. Sin embargo, el coronavirus ya había penetrado en Europa, Irán, EEUU y América Latina.

En vista de las acciones tomadas en China, y la creciente reacción a la pandemia en los países asiáticos y occidentales, calculé que el Covid-19 comenzaría a disminuir en Asia en abril-mayo, mientras que en Europa, Estados Unidos y América Latina en junio-julio, considerando estrictas medidas sanitarias implementadas por los gobiernos bajo estado de emergencia y/o confinamientos en todo el mundo.

Hasta ahora, los resultados han sido mixtos, con países como Alemania, Corea del Sur y China que han logrado cierto nivel de control sobre el coronavirus; sin embargo, estos países después de relajar sus restricciones, comenzaron de nuevo a experimentar algunos brotes localizados.

En Japón, debido a un aumento de los casos de COVID-19, el gobierno declaró inicialmente el estado de emergencia del 7 de abril al 6 de mayo para extenderlo más tarde hasta finales de mayo. En el momento de elaborar este escrito, se ha levantado el estado de emergencia en las 47 prefecturas de Japón, en base a estos tres criterios: 1) el número de personas infectadas alcanza los 50 por semana o menos por cada 100,000 personas; 2) el sistema de salud se mantiene estable, teniendo en cuenta el número de camas hospitalarias disponibles y de pacientes con síntomas graves; y 3) la capacidad de controlar la infección, incluso mediante pruebas.

Es importante señalar que el gobierno de Hokkaido, la isla más al norte del archipiélago japonés había anunciado su propio estado de emergencia el pasado 28 de febrero, por delante del Gobierno central, debido al aumento de casos de Covid-19, y lo levantó el pasado 19 de marzo. Sin embargo, de nuevo el 12 de abril, Hokkaido emitió un nuevo estado de emergencia debido al resurgimiento de la enfermedad, demostrando que no hay garantía de que las medidas restrictivas detengan una nueva ola o brote de coronavirus después de poner fin o relajar el estado de emergencia.

Aunque las medidas de confinamiento en la población han ayudado a reducir la propagación del Covid-19 en esta fase inicial, la realidad es que los brotes de coronavirus seguirán surgiendo en cualquier momento y en cualquier lugar después de relajar esas restricciones. Y

dado que una cura tardará mucho tiempo en desarrollarse, tendremos que acostumbrarnos a vivir con COVID-19.

Además, ha quedado claro que después de casi dos meses de estado de emergencia y/o confinamientos, los países están experimentando un rápido deterioro de la economía. Japón ya está en recesión, y esto es solo el comienzo, con los economistas estimando más de 3 millones de personas sin trabajo para el final del año fiscal 2020. En EEUU, el paro de la actividad económica ya ha dejado a más de 30 millones de personas desempleadas en un mes y medio, sólo para mencionar la grave situación a la que se enfrentan la primera y tercera economía del mundo.

Además, estos confinamientos prolongados también han afectado a la salud mental de muchos ciudadanos de todo el mundo. También estamos observando a personas que protestan desesperadamente contra sus gobiernos en algunos lugares para levantar las medidas restrictivas, desencadenando movimientos para la reapertura gradual de las economías.

En pocas palabras, la ola de reapertura ya está en marcha, y creo que la mentalidad de los formuladores de políticas debe cambiar de aplanar la curva a monitorear y controlar la propagación del COVID-19.

En este momento, en lugar de discutir sobre aplanar la curva o establecer objetivos numéricos para la reapertura, los responsables de las políticas de públicas, junto con expertos en diversos campos (no solo en el campo médico), deben establecer planes para hacer frente a cualquier brote de coronavirus sin volver a las medidas generales de confinamiento o detener la vida económica y social.

Ya hemos observado que surgirán brotes en diferentes lugares en cualquier momento, y que durante un tiempo no habrá una vacuna a la vista. En este sentido, los esfuerzos de los responsables políticos deben dirigirse a apagar los incendios dondequiera que aparezcan, es decir, a hacer frente a los brotes de COVID-19 en función de la ubicación o las áreas geográficas, implementando medidas de control específicas para contenerlo. Corea del Sur ha sido un buen ejemplo de un país que funciona económicamente, y al mismo tiempo, controla esta controlando las oleadas de coronavirus.

En vista de lo anterior, tenemos que tener en cuenta que el coronavirus no es el Ebola, sino una enfermedad infecciosa respiratoria más agresiva con las siguientes características: 1) Pertenece a la familia de los coronavirus, afectando al sistema respiratorio; 2) Tiene un período de incubación más largo, con síntomas que aparecen 2-14 días después de la exposición; 3) los síntomas comunes son tos persistente, fiebre alta y dificultad para respirar (los tres síntomas más comunes), pérdida del olfato o el gusto, dolor en el pecho, dolor de cabeza, dolores musculares, dolor de garganta, diarrea u otros síntomas similares al resfriado o la gripe; 4) una persona promedio infectada tendrá que pasar por 14 días en cuarentena hasta la recuperación; 5) La tasa de transmisión es más rápida que otros coronavirus; 6) según la Organización Mundial de la Salud, el 80% de las personas contagiadas experimentan síntomas leves o son asintomáticas, el 15% están gravemente infectados, requieren oxígeno y el 5% alcanzan el estado crítico, necesitando ventilación.

Por lo tanto, los gobiernos deberían comenzar a implementar políticas prácticas de control para abrir sus economías y vida social, con una política clara y sostenida para realizar pruebas, rastreo de contactos y aislamiento. Las pruebas PCR deben aplicarse a todas las personas independientemente de tener síntomas leves o graves. Afortunadamente, Japón recientemente cambió la política para proporcionar tratamiento a las personas con síntomas leves.

Además, las pruebas de anticuerpos deben llevarse a cabo al azar en zonas muy pobladas, y en el caso de Japón, en las 47 prefecturas. Las pruebas de anticuerpos, aunque no son 100% precisas, pueden proporcionar un panorama general del nivel de propagación del Covid-19 en el país, mostrando porcentajes de población con anticuerpos contra el COVID-19. Esta información también traerá algo de alivio a los ciudadanos.

Por lo que tengo entendido, el gobierno de Japón comenzará las pruebas de anticuerpos el próximo mes, pero estas pruebas se aplicarán solo en Tokio, Osaka y Miyagi, que tienen una mayor concentración de infectados. Sin embargo, lo ideal hubiera sido aplicar las pruebas de anticuerpos a nivel nacional, realizando muestras representativas de las 47 prefecturas para tener una mejor comprensión del nivel de infección en el país en general. Además, es importante seleccionar pruebas de anticuerpos con sensibilidad y especificidad por encima del 90 por ciento para reducir el número de falsos positivos y falsos negativos.

Para los próximos seis meses, se deberían asignar recursos suficientes a los hospitales designados para tratar el coronavirus en todo el país, a fin de que los trabajadores de la salud puedan atender de manera segura a los pacientes infectados dondequiera que haya una nueva oleada de la enfermedad. Espero que para junio no haya más noticias de trabajadores de la salud quejándose de la falta de mascarillas, trajes de protección, ventiladores o cualquier otro equipo médico necesario para combatir eficazmente el COVID-19. Estamos en una guerra, y nuestros guerreros (trabajadores de la salud) necesitan armas para luchar, por lo que el gobierno debe dar una alta prioridad a este asunto.

Además, cualquier política de reapertura debe poner prioridad en el bienestar de las personas vulnerables, como los adultos mayores o cualquier otra persona con afecciones médicas preexistentes, ya que este segmento seguirá amenazado por el Covid-19. Los gobiernos deberían organizar una campaña en los medios de comunicación para destacar la importancia de proteger a este segmento de la población en el hogar, en la escuela, en el trabajo o en cualquier entorno social.

Además, ya deberían existir directrices para operar en diferentes empresas o instituciones. El mes pasado, recomendé a dos empresas de fabricación varias directrices, que han sido sugeridas por expertos de todo el mundo. Las pautas de reapertura deben ajustarse a la característica específica de tamaño y tipo de operación de cada empresa o institución.

Además de las pautas de reapertura, las empresas en EE.UU. y Europa están considerando aplicar pruebas de anticuerpos (Pruebas de Diagnóstico Rápido-RDT) a sus empleados para determinar cuántos de ellos son inmunes al COVID-19. Como se mencionó anteriormente, estas pruebas deben tener sensibilidad y especificidad por encima del 90 por ciento para reducir los falsos positivos y los falsos negativos. Estas pruebas de anticuerpos desempeñarán

un papel importante y práctico en la formulación de la política gubernamental después de levantar los confinamientos o confinamientos en diferentes países.

También quiero destacar la situación de contagio de tres países que están en proceso de levantar el confinamiento: Panamá, Japón y Alemania. Panamá, con una población de 4.5 millones de habitantes y 9,268 personas infectadas, tiene 2.9% de fallecimientos y 65% de recuperados; Japón, con una población de 126.5 millones de habitantes y 16,305 personas infectadas, tiene el 4.6% de fallecimientos y el 71% de los recuperados; y Alemania, con una población de 84 millones de habitantes y 176,551 infectados, tiene el 4.5% de fallecimientos y el 88% de recuperados (las cifras son al 18 de mayo).

Los países se encuentran en tres continentes diferentes, pero tienen algo en común: un bajo porcentaje de fallecimiento y un alto porcentaje de personas recuperadas del COVID-19. Y esta tendencia continuará con el tiempo hasta que el COVID-19 se convierta en una enfermedad normal entre la población. Excepto Japón, Panamá y Alemania habían aplicado inicialmente pruebas exhaustivas para detectar COVID-19 entre la población. Japón retrasó las pruebas masivas, temiendo que los hospitales se sobrecargaran; sin embargo, la realidad ha demostrado que las pruebas contribuyen a mantener la capacidad hospitalaria en un nivel manejable.

En realidad, mientras realizaba pruebas entre la población, Panamá construyó un nuevo hospital modular con 100 camas, previendo un aumento de los casos de coronavirus, pero curiosamente, este hospital aún no ha recibido un solo paciente de COVID-19. Afortunadamente, ahora Japón está aumentando la capacidad de pruebas, lo que informará mejor a las autoridades sanitarias sobre el control de nuevas oleadas de coronavirus.

Como punto final, quiero reiterar que el COVID-19 es una enfermedad infecciosa respiratoria, con síntomas similares al resfriado o la gripe, sin embargo, se tarda alrededor de 14 días en observar o sentir sus síntomas. Según la Universidad de Medicina John Hopkins, los síntomas de COVID-19 incluyen fatiga, dolor de cabeza, dolor de garganta o fiebre. Algunas personas experimentan una pérdida del olfato o del gusto. Los síntomas pueden ser leves al principio, y en algunas personas, volverse más intensos durante cinco a siete días, con tos y dificultad para respirar, y si empeora se desarrolla una neumonía. Pero es importante saber que el tipo y la gravedad de los primeros síntomas pueden variar ampliamente de persona a persona.

Tengo un profundo respeto por todos los trabajadores de la salud que han dedicado y arriesgado sus vidas para tratar a las personas afectadas por el coronavirus en Japón y en el mundo. Son verdaderos héroes y la humanidad recordará sus sacrificios para sanar y salvar a sus hermanos.

Ahora, es el momento de dar un giro. Reiniciemos nuestras vidas. Reitero que el COVID-19 no es Ebola. Es una enfermedad infecciosa respiratoria más agresiva y ya sabemos cuánto puede afectar a nuestra salud. Así que sigamos aplicando higiene básica, usando mascarillas, manteniendo una distancia prudente y lavándonos las manos regularmente en casa, en la escuela, en el trabajo o en cualquier otro espacio social.

Nuestro planeta nunca se ha detenido en los millones de años de estar girando sobre su eje o el sistema solar. Por lo tanto, la humanidad debe comenzar a moverse de nuevo junto con la madre Tierra. Eliminemos el miedo y la histeria colectiva para erradicar el COVID-19.

Dr. Ritter Díaz
Consultor Independiente y
Ex Embajador de Panamá en Japón
Tokio, 27 de mayo de 2020