

PREGÚNTELE A LA EXPERTA



Lorna K. Fitzpatrick, MD

La Dra. Lorna K. Fitzpatrick es vicepresidenta de asuntos médicos de Excellus BCBS. Está certificada por la junta en pediatría y hematología-oncología pediátrica y recibió su título en medicina en Jacobs School of Medicine, Buffalo, e hizo su residencia en pediatría en St. Louis Children's Hospital/ Washington University, St. Louis. Completó una beca de hematología-oncología pediátrica en Johns Hopkins University.

Vacuna y refuerzos contra el COVID-19: ¿Cuándo terminará la pandemia? ¿Siempre necesitaremos refuerzos?

La información sobre la pandemia del COVID-19 parece cambiar todos los días, y, con frecuencia, es difícil entender todo lo que leemos y escuchamos. Nos sentamos con la Dra. Lorna Fitzpatrick para obtener respuestas a algunas de sus preguntas más frecuentes.

P. Dra. Fitzpatrick, seguimos escuchando hablar de que la pandemia del COVID-19 se está convirtiendo en una "endemia". ¿Qué significa eso exactamente?

- ✔ **Una endemia ocurre cuando un virus comienza a propagarse menos, y en formas que podemos predecir, algo así como la gripe estacional.** Pero eso no significa que desaparezca por completo. Aunque hablar de una enfermedad endémica suena prometedor, es importante saber que con el COVID-19, todavía no llegamos allí. Los investigadores aún no pueden decir cómo cambia la forma del virus. Continuar centrándose en las medidas preventivas recomendadas por los Centros para el Control de Enfermedades (CDC), como las vacunas y mascarillas, puede ayudarnos a avanzar hacia una etapa endémica.

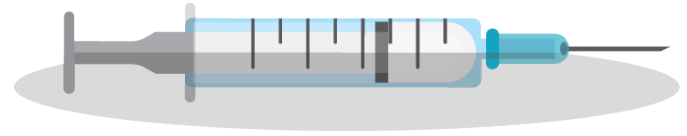
P. Nos enteramos de muchas personas vacunadas que aún contraen COVID-19. ¿Por qué las personas deberían ponerse la vacuna y el refuerzo si de todas formas pueden enfermar?

- ✔ **Sabemos que vacunarse y recibir el refuerzo ayuda a reducir el riesgo de contraer y propagar el virus.** Si contrae COVID-19, la investigación muestra que las vacunas lo protegerán de que la enfermedad sea grave, de hospitalización e incluso de la muerte. Como no tenemos forma de saber quién tendrá un caso leve o grave, vacunarse es una forma de protección muy importante.

P. Dra. Fitzpatrick, una pregunta que mucha gente tiene es, ¿siempre necesitaremos refuerzos?

- ✔ **Esa es una gran pregunta, y en este momento simplemente no tenemos esa respuesta.** Los virus cambian o mutan constantemente, y el COVID-19 no es una excepción, como aprendimos de las cepas recientes de Delta y Ómicron. Dado que estos cambios ocurren con el tiempo, es importante estar al día con las recomendaciones de los CDC y, actualmente, eso incluye una vacuna de refuerzo para cada persona vacunada mayor de 5 años. Si no está seguro de cuándo es elegible para el refuerzo, comuníquese con su médico o farmacéutico.

PREGÚNTELE A LA EXPERTA



P. Ahora que se están levantando los mandatos de mascarillas, ¿debería seguir usando una incluso si el lugar al que voy no las exige?

- ✓ **Si tiene un sistema inmunológico comprometido, es una buena idea seguir usando una mascarilla que le quede bien en todos lados, incluso si se vacunó.** Pero, a medida que se levanten los mandatos de mascarillas, el mejor consejo es hacer lo que sienta que es más seguro para usted y su familia.

P. Casi todos están de acuerdo en que la pandemia afectó su salud mental. Dra. Fitzpatrick, ¿qué consejo tiene para las personas que tienen problemas para sobrellevar la tristeza o la ansiedad constantes?

- ✓ **Primero, déjeme recordarle que no está solo.** Todos necesitamos ayuda cuando pasamos por momentos difíciles, ¡y eso está bien! Hable con familiares y amigos o con un proveedor sobre sus sentimientos; es posible que se sorprenda al escuchar que ellos sienten lo mismo. Los miembros de Excellus BCBS tienen muchos recursos de apoyo disponibles, incluyendo el acceso a terapeutas y psiquiatras matriculados. Muchos ofrecen opciones de telesalud. Obtenga más información sobre las opciones de atención en nuestro sitio web.

P. Fue difícil para algunos de nosotros estar al día con las necesidades médicas generales porque ir a sitios daba un poco de miedo. ¿Qué consejo tiene para las personas que evitaron ciertas visitas médicas presenciales?

- ✓ **Al comienzo de la pandemia, es comprensible que muchas personas postergaran las citas médicas no críticas por miedo a enfermarse.** Sabemos que muchos aún no están al día con estas citas. Es seguro, e importante, volver a hacer todos los exámenes médicos preventivos recomendados y las visitas al dentista. Llame a su proveedor hoy para programar estas citas; muchos pueden reservar algunos meses antes.

La información de este documento está actualizada al 18 de julio de 2022. Para obtener la información más reciente sobre el COVID-19, visite en línea los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades en [CDC.gov](https://www.cdc.gov)
© 2022 The StayWell Company, LLC.

Y0028_8418a_C



Licenciatario independiente sin fines de lucro de Blue Cross Blue Shield Association
Copyright © 2022, Excellus BlueCross BlueShield, todos los derechos reservados

B-7943 SP / 16320-22M
A11y CS 071822