

# Comprender la segunda y tercera oleada de COVID-19 como nos adentramos en el otoño

1 de octubre, 2020

Todos esperábamos que COVID-19 ya estuviera detrás de nosotros. Sin embargo, el creciente número de casos en muchas partes de los EE. UU. y en muchos países a nivel mundial ha generado serias preocupaciones sobre lo que está por venir. Es evidente que debemos estar atentos y seguir adaptándonos a las limitaciones del nuevo mundo COVID-19.

## Aprendiendo de nuevo de Islandia

Aunque quizás sea un poco injusto comparar los resultados y las estrategias de un país pequeño como Islandia con muchos países mucho más grandes, todavía quedan importantes lecciones científicas por extraer. A mediados de septiembre, hubo un aumento repentino en el número de casos de COVID -19 en un país que anteriormente había tenido cerca de cero casos. ¿Entonces qué pasó?

- **Una avería en cuarentena:** Dos turistas franceses violaron la cuarentena a su llegada a Islandia. Dieron positivo en el aeropuerto y fueron confinados a cuarentena. Sin embargo, aparentemente se escaparon y visitaron dos bares del centro. Después de eso, ¡al menos 100 casos se rastrearon hasta estos encuentros con super esparcidos! Algunos de los detalles exactos son un poco turbios, pero la reacción ha sido rápida, con un cierre inmediato de bares y discotecas durante cuatro días. El epidemiólogo, Thorolfur Gudnason dijo que era importante contar con medidas específicas para prevenir "una epidemia generalizada". Ya se han reducido los casos nuevos, por lo que parece que este grupo se contendrá rápidamente, al igual que uno mucho más pequeño en la ciudad de Akranes en julio.
- **Prueba doble:** Actualmente en Islandia, solo hay una persona en el hospital con COVID-19 y no en la unidad de cuidados intensivos. En el pico de la crisis en ese país, solo 44 pacientes fueron hospitalizados y solo ha habido 10 muertes en total. La estrategia clave que está permitiendo que Islandia abra su economía y limite en su mayoría cualquier caso nuevo de COVID-19 es probar a todos los recién llegados al aeropuerto, como se

hizo con los turistas franceses. Las personas que dan positivo en la prueba se ponen en cuarentena, pero incluso las que dan negativo se ponen en cuarentena durante cinco días. Después de cinco días, se vuelven a probar.

Una observación clave es que aproximadamente el 20% de las personas que inicialmente son negativas, terminan dando positivo con la segunda prueba después de 5 días. Ya sabemos que al menos el 40% de las personas (trabajadores de la salud, por ejemplo) que dan positivo por COVID-19 son asintomáticas, como es el caso de estas personas. Esta situación se ilustró recientemente cuando se descubrió que un paciente con mieloma asintomático tenía una afectación pulmonar grave con COVID-19 en una exploración FDG / PET de cuerpo entero de rutina realizada para evaluar el estado del mieloma. Estas personas asintomáticas no solo corren un riesgo personal, sino que también son fuentes potenciales de eventos de súper propagación. En Islandia, estas personas se identifican y se ponen en cuarentena, exactamente el tipo de vigilancia necesaria para mantenerse a salvo.

- **Los perros olfatean COVID-19 en el aeropuerto:** Islandia tiene un plan en desarrollo para usar perros para olfatear COVID-19 en el aeropuerto. Esta estrategia ya se implementó en el aeropuerto de Helsinki en Finlandia. En este momento, cuatro perros están entrenados y utilizados en dos turnos de revisión de perros porque se cansan después de mucho olfatear. No estoy seguro de si este enfoque se popularizará, pero ciertamente es simple, económico, efectivo y amigable para las personas.

## Nuevas mutaciones de COVID-19 identificadas en EE. UU.

Los científicos de Houston acaban de publicar los resultados de un estudio en el que verificaron mutaciones en más de 5,000 casos de COVID-19. El hallazgo principal apoya estudios anteriores que indican que una mutación dominante (D614G), que surgió por primera vez en Italia, fue responsable (99,9%) de una segunda ola de infecciones en Houston este verano. Esta cepa provocó muchas más infecciones en personas más jóvenes. Los investigadores han descubierto que esta cepa del virus COVID-19 mutado en D614G se propaga más fácilmente y produce cargas de virus más altas, lo que podría conducir a más eventos de súper propagación. El hecho de que también se hayan encontrado muchas mutaciones adicionales conduce a la preocupación de que surjan nuevas cepas repetida y secuencialmente, evadiendo el control inmunológico del cuerpo y frustrando potencialmente la capacidad de tener una vacuna eficaz. Podría ser que, al igual que con la gripe, se requieran nuevas vacunas cada año.

## **Mensajes contradictorios sobre las vacunas**

Operation Warp Speed, una iniciativa para acelerar el desarrollo de una vacuna COVID-19, es una organización enorme y altamente estructurada financiada con \$ 10 mil millones y que involucra tanto a personal civil como militar. Uno solo puede maravillarse ante el potencial y esperar que de hecho haya éxito en el desarrollo, la fabricación y la distribución de una vacuna eficaz y segura en un plazo muy acelerado.

Recientemente se publicó una revisión muy completa de todas las vacunas contra el SARS-CoV-2 (COVID-19) en desarrollo, pero se han planteado muchas preguntas. Un problema es que no se han ingresado suficientes personas mayores en los ensayos de vacunas. En un estudio reciente, la edad promedio de los participantes fue de 40 años. Sin embargo, un pequeño estudio sobre la vacunación contra COVID-19 en adultos mayores es alentador, especialmente en dosis más altas. Además, ha surgido la preocupación de que las vacunas no funcionen bien en personas obesas, uno de los grupos clave de mayor riesgo. Obviamente, existe una preocupación adicional de que las vacunas no funcionarán bien en personas con sistemas inmunitarios comprometidos, como los pacientes con mieloma.

Quedan muchas preguntas por responder a la espera de novedades en las próximas semanas y meses.

## **Buenas noticias para los gorriones en San Francisco**

Como he señalado en blogs anteriores, muchos animales, desde cabras hasta leones, se han adaptado rápidamente al entorno más tranquilo durante la pandemia de COVID-19. En San Francisco, los investigadores han observado que el ruido en la ciudad se ha reducido mucho (en siete decibeles) debido al menor tráfico y actividad humana. Los gorriones machos han reaccionado bajando el volumen de sus canciones en cuatro decibelios (más suave, pero aún lo suficientemente alto debido al menor ruido de fondo) y usando un ancho de banda más amplio, que es atractivo para las hembras.

Esta capacidad de reaccionar rápidamente ante un cambio ambiental masivo es verdaderamente reconfortante, ya que refleja una verdadera capacidad de recuperación en el mundo natural.

## **Construyendo resiliencia**

Ahora que nos enfrentamos a un otoño de incertidumbre, es maravilloso tener una nueva publicación de Cigna y el Centro de Investigación de Resiliencia. Lo que es especialmente útil en el informe es la discusión detallada sobre cómo construir resiliencia, que he discutido en varios blogs y en una conversación con Sue Dunnett.

- El enfoque desarrollado por el equipo del Centro de Investigación de Resiliencia se divide en seis pasos:
- Paso 1: reconozca los problemas
- Paso 2: analice los problemas para que no sean abrumadores
- Paso 3: Determine lo que puede hacer (versus lo que está fuera de su control)
- Paso 4: busque recursos útiles
- Paso 5: comenzar a implementar planes (tomar acción)
- Paso 6: Reflexione, crezca y repita según sea necesario

Estos pasos ilustran que la resiliencia no es un proceso pasivo, sino una cualidad que se puede fortalecer con un esfuerzo enfocado. Si en la comunidad de mieloma trabajamos juntos para fortalecer nuestra resiliencia, podemos superar la siguiente fase de la crisis de COVID-19 con mucha más facilidad y confianza.

Manténgate seguro y esté bien!