

# Una nueva investigación de los CDC confirma que las mascarillas realmente funcionan

Fecha de publicación

11 de febrero de 2021

[Semana en revisión](#)

Una nueva investigación de los CDC (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades) muestra que la transmisión del virus COVID-19 se puede reducir hasta en un 96,5% con el uso cuidadoso de mascarillas. Las recomendaciones son mucho más detalladas que en el pasado y consideran que la persona que intenta protegerse a sí misma, así como la persona con la infección por COVID-19, puede propagar el virus. Esta noticia, publicada por la nueva directora de los CDC, la Dra. Rochelle P. Walensky, brinda información bienvenida para todos aquellos que tengan preguntas e inquietudes.

## Valor de enmascaramiento ceñido o doble

El tipo y ajuste de la mascarilla son claramente importantes. Una buena noticia adicional es que las mejores mascarillas N95, tan escasas en el pasado, ahora están disponibles. Esto es genial, y USA Today informa sobre cómo asegurarse de comprar una mascarilla N95 auténtica.

Debido a que las mascarillas muy ajustadas pueden ser incómodas y debido a la protección adicional que ofrecen, el valor de una mascarilla adicional o doble es importante. Esto significa que se puede mejorar algo de holgura de la máscara subyacente con una máscara adicional en la parte superior. Ahora hay muchas opciones para obtener excelentes mascarillas de tela de doble o triple capa para la mascarilla superior. Dado que esto tendrá que ser una rutina diaria durante muchos meses, es una ventaja que también se pueda hacer una declaración de moda con esta máscara de capa superior.

## Papel continuo de las mascarillas

A pesar de que se están implementando las vacunas, el uso de mascarillas sigue siendo esencial por muchas razones.

Primero, no todo el mundo puede tener el beneficio óptimo de anticuerpos, incluso después de completar la segunda dosis de vacunación requerida. Por tanto, se requiere vigilancia. Además, un nuevo informe de un hogar de ancianos alemán ofrece una advertencia. Desafortunadamente, 14 residentes del asilo de ancianos dieron positivo a una de las nuevas variantes de COVID-19 más infecciosas (B117), a pesar de haber completado dos dosis de la vacuna Pfizer. La mejor noticia es que todos los casos de estas segundas infecciones con la variante del virus fueron leves. Obviamente, esto significa que incluso después de la vacunación, todos deben estar protegidos y ciertamente, por ahora, deben usar mascarillas.

## Impacto de las nuevas variantes de virus

No podemos enterrar la cabeza en la arena. Las variantes de COVID-19 nuevas y más infecciosas se están propagando en los EE. UU. y en todo el mundo. Un rastreador de

variantes realmente útil ilustra gráficamente los patrones de variantes. Los puntos clave para avanzar son:

Con la nueva tecnología de vacunas (como las técnicas de ARNm de Pfizer y Moderna), las vacunas se pueden adaptar a las nuevas variantes en cuestión de semanas. Esto significa que a finales de este año, podrían estar disponibles inyecciones de refuerzo para las nuevas variantes.

Se necesitarán vacunas anuales. El manejo de COVID-19 será (probablemente al menos durante algunos años) como se hace para vacunar anualmente contra la gripe. Esto significará una inyección anual de COVID-19 para cubrir las cepas activas y en evolución actuales de COVID-19.

### **Mirando hacia el futuro**

Como siempre, los pacientes con mieloma no pueden mirar al futuro a través de lentes de color rosa. La realidad es que mantener el mieloma en remisión (y especialmente llegar allí en primer lugar) requiere mucha atención y asesoramiento de expertos. Lo mismo es cierto para COVID-19. Sin embargo, ten la seguridad de que estas actualizaciones continuarán brindando los mejores consejos posibles. Manténgate resiliente y sintonice la última edición de "Vivir bien con mieloma" el 25 de febrero, para obtener orientación sobre cómo "Construir su resiliencia en tiempos difíciles".

Manténgate a salvo y está bien.