



COVID-19. EPIDEMIA DE CORONAVIRUS

"Ante la preocupación social que está generando el nuevo virus "covid-19", hemos solicitado a la Dra. Ángeles Fernández, miembro del consejo de redacción de la revista 'Peregrino, que nos haga un análisis del estado de la cuestión en general y, así mismo, referido al Camino de Santiago en particular. He aquí su reflexión:

EL CAMINO DE SANTIAGO: ¿se verá afectado por el 'coronavirus'? Una reflexión sobre el tema

Desde hace ya más de un mes, los medios de comunicación no cesan en sus noticias sobre la progresión del número de infectados por el virus 'Covid-19' del grupo de los coronavirus. Nos informan puntualmente de los miles de infectados hasta ahora, de los nuevos casos, del número de muertes como consecuencia de la infección, así como de los sanos sometidos a cuarentena para evitar la propagación de la enfermedad. Todos opinan sobre el tema, profesionales y no profesionales: la gente está asustada. Hay incluso quienes, para tratar de explicar lo que pasa, se remontan a las pandemias que asolaron Europa en los siglos XIV (peste bubónica: producida por la bacteria *Yersinia pestis*) y XIX (cólera: producida por el *Vibrio cholerae*), dos bacterias que no disponían de antibióticos que pudieran destruirlas (la penicilina se descubre en 1928) y tampoco de condiciones higiénico-sanitarias como las de hoy.

*** ¿Qué es un 'coronavirus'?**

Los coronavirus son una extensa familia de virus, algunos de los cuales puede ser causa de diversas enfermedades humanas, desde el resfriado común hasta el Síndrome Respiratorio Agudo Severo (SRAS) que afectó a Arabia Saudita en 2012 (OMS). Se trata de una zoonosis, es decir, los animales son el huésped y en un momento dado pasan al hombre; puede tratarse de virus o bacterias, y en el caso que nos ocupa se trata de un coronavirus denominado Covib-19, cuya primera notificación tuvo lugar en Wuhan (China) el 31 de diciembre de 2019. Se trata de un virus que afecta al aparato respiratorio y su contagio se produce de la misma forma que la gripe habitual: al toser o estornudar, al contacto con la secreción nasal o con la saliva; por lo tanto, para protegerse de la infección, debe evitarse el contacto cercano con cualquier persona que tenga fiebre y tos y realizar una buena higiene de las manos, con los mismos cuidados que deben tenerse para evitar que se propague la gripe, infección respiratoria banal si no se complica, de ahí que todos los años nos recuerden machaconamente que no dejemos de vacunarnos para prevenirla.

El Covid-19, como cualquier virus, no dispone de fármacos eficaces para su tratamiento ni la gravedad de la infección justifica el tratamiento con antivirales específicos para otras patologías (SIDA, Hepatitis C, etc). Al tratarse de una infección respiratoria, existe el riesgo de que “baje a los pulmones” y se transforme en una neumonía, complicación de mayor gravedad sobre todo cuando las personas afectadas son ancianos o pacientes terminales, inmunodeprimidos, con hábitos sociales de riesgo para la salud, con condiciones precarias de salud; de ahí que se realice anualmente, en un país con un Sistema Sanitario como el existente en España, la vacunación preventiva. Para el Covid-19 no existe todavía la vacuna; la tendremos para la campaña de este año.

*** Una fecha de inicio y una visión general**

Si se tiene en cuenta que el 31 de diciembre de 2019 se declara la infección en China, es conveniente analizar las cifras de que se dispone. A fecha 23 de febrero se habían declarado 77.659 afectados y 2.663 muertes. Así, de entrada, parecen cantidades importantes y asusta, pero si se habla en porcentajes las cosas cambian y las cifras pueden llegar a ser inferiores a las de una epidemia de gripe cualquiera. Es importante aclarar que China tiene 1.395.380.000 habitantes (datos de 2019), lo que significa que no llegan a 6 los afectados por cada 100.000 habitantes y se contabilizan menos de 2 muertes por millón de habitantes. En España, con una población de 46.791.000 habitantes, en 2018 la gripe común afectó a uno por cada mil habitantes y murieron por esta razón tres por cada diez mil habitantes (<https://www.redaccionmedica.com/secciones/sanidad-hoy/gripe-en-espana>), datos alarmantes, que pueden ser interpretados como una menor virulencia del coronavirus Covid-19, pero que también pueden deberse a un peor estado de salud de las personas que sufrieron la enfermedad como consecuencia de la mayor esperanza de vida de la población.

Por todo ello, la Organización Mundial de la Salud (OMS) está informando sobre la conveniencia de adoptar algunas medidas de precaución “para reducir el riesgo general de contraer o contagiar una infección respiratoria aguda al viajar a zonas afectadas”; sin embargo, no recomienda adoptar “ninguna medida de salud específica” para las personas que viajan a otros lugares.

*** ¿Qué debe saber el peregrino antes de iniciar su peregrinación?**

En el Camino de Santiago, como ante cualquier “aventura” que se vaya a realizar, siempre es necesaria la prudencia: prudencia en la información y prudencia de los peregrinos. La gripe, enfermedad vírica, es una enfermedad altamente contagiosa (cuando entra un caso en una familia, casi todos sus miembros se contagian); se transforma en grave cuando va seguida de una neumonía, lo que puede ocurrir en personas en situaciones clínicas precarias. Todo peregrino que vaya a iniciar el Camino de Santiago y proceda de una zona con afectados por coronavirus, debería cumplir las siguientes medidas de precaución que recomienda la OMS:

- Evitar el contacto directo con personas que padezcan infecciones respiratorias agudas.
- Lavarse las manos frecuentemente, especialmente después del contacto directo con personas enfermas o su entorno.
- Evitar el contacto directo con animales de granja o animales salvajes, vivos o muertos.

- Las personas con síntomas de una infección respiratoria aguda deberían tomar las siguientes precauciones: mantener cierta distancia con los demás, cubrirse la nariz y la boca con pañuelos desechables o ropa al estornudar o toser y lavarse las manos.
- Si una persona a bordo de un avión o barco presenta signos o síntomas de una infección respiratoria aguda, debe ponerlo en conocimiento de la autoridad correspondiente.

El peregrino o la peregrina deben ser conscientes que su seguridad conlleva la seguridad de los otros peregrinos que vengan después. Elegir la época del año para realizar el Camino de Santiago también es importante, pues las épocas de frío son más propensas a las infecciones respiratorias: elegir el momento es muy principal, pues el esfuerzo de caminar es importante y, además, el esfuerzo de caminar cargado es más importante y requiere más energía. Cuando se descansa mal, se pasa frío y se come y bebe de forma inadecuada, y a esto se asocia el agotamiento físico, nuestro cuerpo está abonado para hacernos vulnerables, mucho más si ya padecemos alguna enfermedad o estamos sujetos a algún tratamiento médico.

*** El 'coronavirus' pasará y el Camino de Santiago seguirá estando ahí**

Por lo tanto, antes de ponerse en camino, el peregrino debería analizar si es el momento adecuado, tanto por su parte como por las condiciones ambientales. Insistimos en la necesidad de adecuar el esfuerzo que se va a realizar a las condiciones de salud, disminuir el peso a transportar, descansar y comer de forma ordenada y, si ya no se es joven, valoración por un facultativo del estado de salud general del peregrino.

Si se tiene todo esto en cuenta, la gripe ¡aunque sea producida por un coronavirus! pasará y el Camino de Santiago seguirá estando ahí para todos los que queramos vivirlo y alcanzar la meta compostelana."

<https://www.caminosantiago.org/cpperegrino/prensa/verprensa.asp?PrensaID=14730>