

Intervenciones simples y poco costosas permiten evitar o reducir la diseminación de las infecciones respiratorias virales

A pesar de que los virus respiratorios causan por lo general afecciones breves y con escasas complicaciones, son responsables de grandes epidemias. Se ha estimado que solo el virus de la influenza es responsable de alrededor de 36 000 muertes y 226 000 hospitalizaciones anuales en los Estados Unidos de América y su incidencia puede ser mucho mayor durante las grandes epidemias. Esta situación pone en crisis los sistemas sanitarios y las economías de muchos países, no solamente por los gastos de la atención sanitaria, sino también por los costos indirectos generados por el ausentismo laboral. Con el aumento de las posibilidades de una grave pandemia por la cepa H5N1 del virus de la influenza aviar, la atención de las autoridades de salud se ha volcado al estudio de medidas que permitan evitar una posible catástrofe sanitaria mundial.

Se realizó una revisión sistemática de los artículos indexados en la Biblioteca Cochrane, Medline, OldMedline, Embase y CINAHL —sin restricción de idioma de publicación— relacionados con intervenciones basadas en el aislamiento y el distanciamiento social, así como en cuarentenas, barreras físicas y medidas de protección personal e higiene, que tuvieran como objetivo evitar la transmisión de virus respiratorios.

De las 2 300 publicaciones encontradas, se identificaron 138 artículos que cumplían los criterios de búsqueda, de ellos 49 se referían a 51 estudios. La calidad de tres estudios aleatorizados controlados y de la mayoría de los ensayos aleatorizados controlados por conglomerados fue deficiente, mientras que la calidad de los estudios observacionales era variable. Esta heterogeneidad impidió utilizar la mayoría de esos datos en el metaanálisis.

Según los resultados de los seis ensayos aleatorizados por conglomerados de mejor calidad se puede evitar la diseminación de los virus respiratorios en la comunidad mediante la aplicación de medidas higiénicas durante la atención de los niños más pequeños. Las medidas de protección física resultaron altamente eficaces en la prevención de la diseminación del síndrome respiratorio agudo grave (SARS): lavado de las manos más de 10 veces al día (razón de posibilidades (OR, *odds ratio*) = 0,45;

intervalo de confianza de 95% [IC95%]: 0,36 a 0,57; número necesario a tratar [NNT] = 4; IC95%: 3,65 a 5,52); uso de máscaras (OR = 0,32; IC95%: 0,25 a 0,40; NNT = 6; IC95%: 4,54 a 8,03); uso de máscaras N95 (OR = 0,09; IC95%: 0,03 a 0,30; NNT = 3; IC95%: 2,37 a 4,06); uso de guantes (OR = 0,43; IC95%: 0,29 a 0,65; NNT = 5; IC95%: 4,15 a 15,41); uso de batas sanitarias (OR = 0,23; IC95%: 0,14 a 0,37; NNT = 5; IC95%: 3,37 a 7,12); y la combinación del lavado de manos y el uso de máscaras, de guantes y de batas (OR = 0,09; IC95%: 0,02 a 0,35; NNT = 3; IC95%: 2,66 a 4,97).

No se llegó a una respuesta concluyente acerca del posible efecto incremental de añadir sustancias virucidas o antisépticas al lavado de manos para disminuir la diseminación de los virus respiratorios. La falta de una correcta evaluación del efecto de las medidas de tamizaje en los puertos de entrada y el distanciamiento social impidieron arribar a conclusiones firmes en este sentido.

La implementación permanente de algunas de estas medidas puede resultar difícil, pero son altamente eficaces para evitar o reducir la diseminación de la infección por virus respiratorios, especialmente cuando forman parte de programas estructurados que incluyen la instrucción de los especialistas y la educación de la población. Mientras se realizan ensayos más amplios para evaluar las combinaciones más eficaces para reducir la transmisión de las infecciones respiratorias es necesario aplicar intervenciones que contemplen el lavado de manos frecuente (con antisépticos o sin ellos), barreras físicas (como el uso de guantes, batas sanitarias y máscaras) y el aislamiento inmediato de las personas sospechadas de presentar una infección respiratoria de origen viral. (Jefferson T, Foxlee R, Del Mar C, Dooley L, Ferroni E, Hewak B, et al. Physical interventions to interrupt or reduce the spread of respiratory viruses: systematic review. *Br Med J*. 2008;336:77–80.)