

No se puede dejar el protocolo del COVID-19



FOTO: ISTOCK PHOTOS

Después de ponerte la vacuna a seguir usando mascarilla

SALUD
WASHINGTON HISPANIC

Ahora que es una realidad que la vacuna contra el COVID-19 llegó a Estados Unidos es importante saber que no se puede dejar el protocolo de lado.

Si crees que podrías abandonar la mascarilla de inmediato, viajar, y visitar a todos los que no viste en casi un año de pandemia, los médicos y especialistas en infecciones advierten que, de hecho, la vida no volverá a la normalidad tan pronto.

“Después de ponerte la vacuna, es necesario regresar a casa, mantener el ais-

lamiento social, esperar la segunda dosis y luego esperar al menos 15 días para que la vacuna alcance el nivel de efectividad esperado”, explica la bióloga Natalia Pasternak, presidenta del Instituto Questão de Ciência, de Brasil.

“Incluso después es necesario esperar a que una buena parte de la población ya esté inmunizada para que la vida vuelva a la normalidad”, añade.

Tiempo para que el cuerpo reaccione

El mecanismo general de funcionamiento de una vacuna es siempre el mismo: introduce una partícula en el cuerpo llamada antígeno.

Este antígeno puede ser un virus desactivado (muerto), un virus debilitado (que no puede enfermar a nadie), una parte del virus, alguna proteína que se parezca al virus o incluso un ácido nucleico (como la vacuna de ARN).

El antígeno provoca una respuesta inmune, es decir, prepara al organismo para enfrentar un intento de contaminación, para ser capaz de reconocer un virus y producir anticuerpos para combatirlo, explica el médico de enfermedades infecciosas Jorge Kalil, profesor de la Facultad de Medicina de la Universidad de Sao Paulo (FMUSP).

La próxima vez que entre en contacto con ese

virus, el cuerpo recordará cómo combatirlo y podrá enfrentar la amenaza de manera rápida y eficiente.

Esta respuesta se denomina respuesta inmune adaptativa y es específica para cada virus. “Es una respuesta que tarda al menos dos semanas”, explica Natália Pasternak.

La primera respuesta inmune del cuerpo después de la vacunación es la producción de anticuerpos, que se adhieren al virus y evitan que ingrese a las células del cuerpo y las use para producir más virus, explica Pasternak.

Es decir, en una persona inmunizada, desde el momento en que el patógeno ingresa al organismo, se

liberan anticuerpos que evitan la contaminación de las células.

Pero existe un segundo tipo de respuesta inmune, llamada respuesta celular. “Son células, llamadas células T, que no se unen al virus, pero reconocen cuando una célula está contaminada con el virus y la destruyen”, explica Pasternak.

Es decir, si un virus logra escapar de los anticuerpos y contaminar cualquier célula del cuerpo, las células T funcionan como “cazadoras” y destruyen las “células zombi”, evitando que se produzcan más virus.

La respuesta celular tarda un poco más que la respuesta de los anticuerpos, otra razón por la que la

inmunización solo se completa unas semanas después de recibir la vacuna, explica Jorge Kalil.

Es decir, después de recibir una vacuna, solo estás realmente protegido al cabo de unas pocas semanas, explican los científicos.

Es como si el cuerpo necesitara tiempo para “procesar” la información y reaccionar de manera apropiada.

En el caso específico del coronavirus, otra cuestión obliga a mantener las medidas de protección durante algún tiempo después de la vacunación: la mayoría de las vacunas que desarrollaron contra la enfermedad requieren dos dosis para lograr la eficacia esperada.

APRENDIENDO A EVITAR EL COVID-19

Cómo elegir, usar y limpiar su mascarilla

WH SALUD

Los CDC recomiendan que las personas usen mascarillas en entornos públicos, como en medios de transporte público, en eventos y congregaciones y en cualquier lugar donde estén rodeadas de otras personas.

Use mascarillas para ayudar a protegerse y proteger a otras personas de contraer o propagar el COVID-19

■ Use mascarillas con dos o más capas para detener la propagación del COVID-19

■ Use la mascarilla de tal manera que le cubra la nariz y la boca, y asegúrela por debajo de la barbilla

Lo que no debe hacer

■ No coloque mascarillas a personas menores de dos años de edad

■ No coloque mascarillas a personas que tienen dificultad para respirar, ni a personas que no se pue-

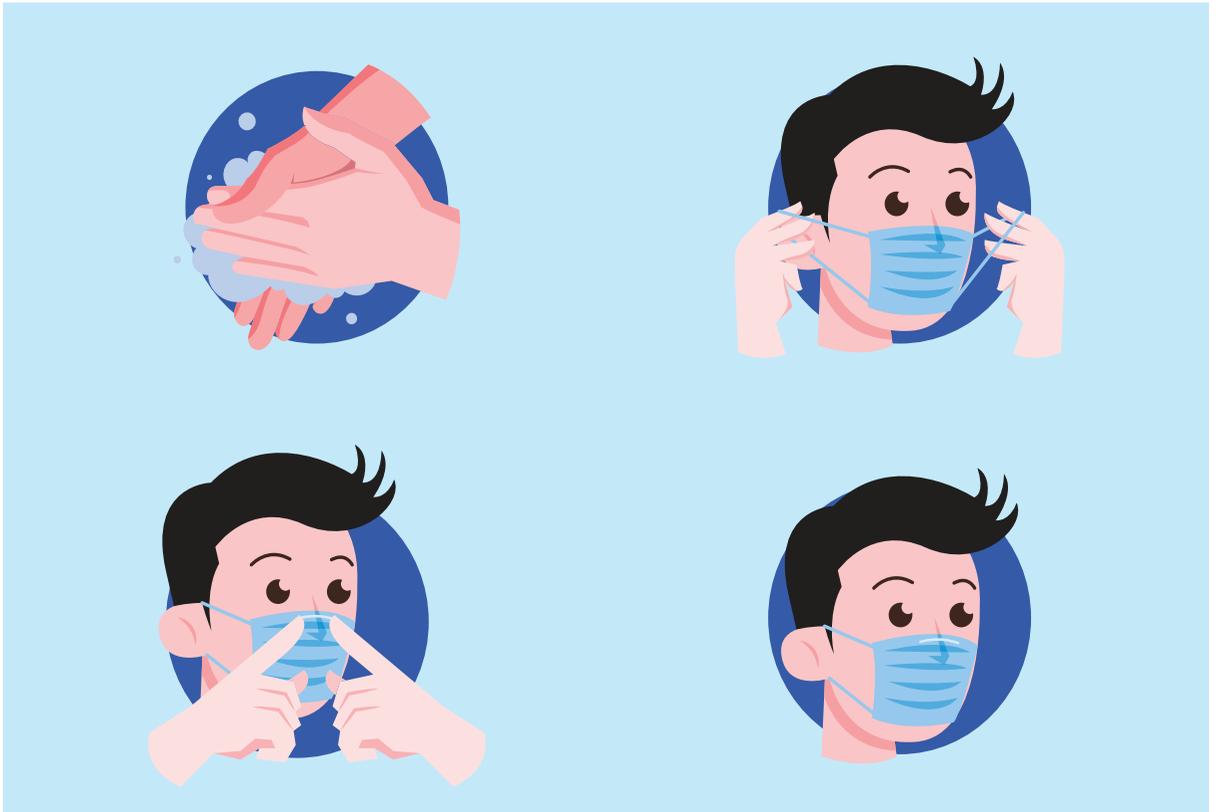


FOTO: ISTOCK PHOTOS

TOTAL DENTAL CARE

Dentista Familiar y Cosmética
Dr. Linh Anthony Nguyen, D.D.S., P.C.

CORONAS, PUENTES, DENTADURAS,
EXTRACCIONES, ROOT CANAL.
IMPLANTES, COSMETICA DENTAL,
TRATAMIENTO DE ENCIAS.



Abrimos hasta tarde los sábados y domingos.

ORTODONCIA:
FRENILLOS PARA NIÑOS Y ADULTOS
SERVICIO DE EMERGENCIAS
Aceptamos la mayoría de seguros y Medicaid. Financiamiento a 12 meses sin intereses con crédito aprobado.

703-256-1183
5017-B Backlick Rd.
Annandale, VA 22003

PACIENTES NUEVOS

Limpieza

\$49

Incluye: Examen y consulta.
Chequeo del cancer bucal
4 Rayos X (bitewing)
Precio Regular \$200.
Sólo pago en efectivo.
No válido con seguro para terceros.

den quitar la mascarilla sin asistencia

■ No use mascarillas destinadas a trabajadores de la salud, como las mascarillas de respiración N95

Cómo elegir una buena mascarilla

Al elegir una mascarilla, hay varias opciones. Aquí tiene algunos consejos sobre las que debe elegir.

■ Compre una que tengan dos o más capas de tela lavable y respirable

■ La mascarilla debe cubrir completamente la nariz y la boca

■ La La mascarilla debe ajustarse de manera firme contra los lados de la cara sin que queden espacios.

Las mascarillas que no debe elegir

■ No comprar mascarillas que estén hechas de telas que dificultan la respiración, como por ejemplo, vinilo

■ No es bueno comprar mascarilla que tengan vál-

vulas de exhalación o ventilación que permitan el paso de partículas del virus

Cómo usar una mascarilla correctamente

Es importante aprender a usar la mascarilla correctamente para ayudar a evitar contraer o propagar el virus.

■ Asegúrese de lavarse las manos antes de colocarse la mascarilla

■ No toque la mascarilla mientras la tiene puesta

La forma correcta de usar mascarilla

■ Cubra la nariz y la boca y por debajo del mentón

■ Se ajuste de manera

firme contra los lados de la cara

Cómo limpiar su mascarilla

■ Las mascarillas deberían lavarse regularmente.

■ Siempre quítese las mascarillas de manera correcta y lávese las manos luego de manipular o tocar una mascarilla usada.

■ Lave la mascarilla con el resto de su ropa

■ Use su detergente para ropa habitual y la temperatura de agua máxima permitida para la tela usada para la mascarilla

■ Use la temperatura máxima y déjela en la secadora hasta que esté completamente seca

Pediatras de Springfield

Dr. Arshia Qadir
Dr. Jacqueline Hoang
Dr. Laurie Moore
Dr. Mirella Marshall
Dr. Sonia Singh

Los mejores Pediatras en el área

Venga y lo ayudaremos con la salud de su hijo

- Atendemos a niños recién nacidos hasta los 21 años de edad, chequeos médicos, vacunas, comportamiento del niño
- Aceptamos la mayoría de seguros médicos, incluso Medicaid.

5502 Backlick Road
Springfield, VA 22151

703-642-8306

Disponibles horarios en la noche y fines de semana

Vinh Tran, DDS

NUESTROS SERVICIOS:

- Exámenes completos y Emergencias
- Limpieza Regular y Profunda
- Rellenos y Blanqueamiento
- Tratamientos de Conductos
 - Coronas y Puentes
- Dentaduras completas y Parciales

Siempre aceptamos nuevos pacientes! Entra para un examen completo o de emergencia, hablaremos de sus necesidades de salud oral, y cómo podemos ayudarle mejor.

Si las citas no son realmente su estilo, de igual forma los pacientes siempre son bienvenidos!

Trabajamos con una gran variedad de seguros!

6329 ARLINGTON BLVD SUITE C
FALLS CHURCH VA 22044
(703) 237 6703 • www.vinhtrandds.com

Jueves, Viernes, Sábados 9 am to 4 pm • Domingos: 9 am to 1pm