



JUEVES 28 Mayo 2026 www.lectoronline.cl

EL LECTOR 11

## Alerta sanitaria por sarampión: ¿Quiénes deben vacunarse?

El brote que afecta al Perú llevó al Ministerio de Salud chileno a reforzar la vigilancia sobre posibles casos de esta enfermedad viral en nuestro país. Especialista de la **Universidad de Talca** hizo un llamado a revisar los esquemas de vacunación, especialmente en personas nacidas entre 1971 y 1981, niños, migrantes y viajeros.

El sarampión volvió a encender las alertas sanitarias en Latinoamérica con un brote registrado en el Perú, que motivó medidas de emergencia en ciudades como Lima, Callao y Tacna. Esta situación enciende las alarmas en Chile, especialmente por la aparición de casos importados desde zonas limítrofes.

El refuerzo dispuesto por el Ministerio de Salud incluye la búsqueda activa de posibles casos no identificados en servicios de urgencia, con especial atención en la Región de Arica y Parinacota. En este escenario, la epidemióloga y directora del Departamento de Salud Pública de la **Universidad de Talca**, Érika Retamal Contreras, llamó a "revisar los esquemas de vacunación y a fortalecer la consulta oportuna ante eventuales síntomas".

Si bien Chile no registra circulación endémica de sarampión desde 1993, el virus

puede reingresar al país si encuentra personas susceptibles, especialmente en contextos de alta movilidad internacional.

La académica explicó que el sarampión "es una enfermedad viral altamente contagiosa que puede provocar fiebre, dolor de garganta, congestión nasal, manchas en la boca —denominadas manchas de Koplik— y erupciones o sarpullido en la piel, conocido antiguamente en Chile como alfombrilla".

La epidemióloga recaló que esta enfermedad no debe mirarse como un cuadro menor, ya que puede derivar en complicaciones graves e incluso la muerte. "Es una de las enfermedades con mayor capacidad de propagación. Mientras una persona con COVID-19 podía contagiar a dos o tres, alguien con sarampión puede transmitir el virus entre 12 y 18 personas", advirtió la especialista.

¿Quiénes deben revisar su es-

quema de vacunación?

La respuesta apunta especialmente a las personas nacidas entre 1971 y 1981, grupo que podría no haber recibido el esquema completo de inmunización, explicó la académica. "Durante ese periodo se observó una baja en la cobertura de las dosis de refuerzo en el país. Como la inmunización contra el sarampión requiere dos dosis —a los 12 y 36 meses—, quienes no completaron ese esquema están en riesgo", explicó la epidemióloga.

El riesgo de contagio no solo es alto, sino también difícil de controlar, ya que el virus puede permanecer en el aire durante varios minutos. Por ello, la vacunación masiva sigue siendo la principal herramienta para evitar su diseminación. "Para alcanzar la inmunidad de rebaño necesitamos una cobertura superior al 90%", recaló la especialista.

La recomendación también alcanza a niños, familias con viajes programados y comuni-



dades migrantes que puedan no estar familiarizadas con la cultura sanitaria chilena. Así lo indicó la epidemióloga quien insistió en que "los padres, madres, apoderados revisen el carnet de vacunación de sus hijos y consulten en el CESFAM o en centros de salud cuando los esquemas de inmunización están incompletos".

En el caso de menores de un año que deban viajar a zonas de Perú donde existe brote, la especialista advirtió que deben ser vacunados. Asimismo, destacó que Chile cuenta con herramientas para responder ante posibles casos importados. "Tenemos vigilancia acti-

va para sarampión y un esquema de notificación obligatoria que permite activar la búsqueda de casos cuando corresponde", añadió.

Finalmente, la directora del Departamento de Salud Pública de la **UTalca** subrayó el valor de sostener políticas públicas de acceso universal. "Siempre es bueno destacar la importancia de las políticas públicas que benefician en forma universal a la población, como son las campañas de inmunización, dado que de esta manera eliminamos barreras en el acceso, ya sea por distancia, condición socioeconómica, previsión, etcétera".

## Estrés y cansancio marcan deterioro de la salud mental en Chile, advierte académica UOH



El aumento sostenido del estrés, el cansancio y los sentimientos negativos en Chile volvió a encender las alertas sobre la salud mental y el bienestar emocional de la población. Así lo reflejó

la encuesta 5C de Cadem, cuyos resultados fueron analizados por Alejandra Pallamar, psicóloga y docente de Psicología de la Escuela de Ciencias Sociales de la Universidad de O'Higgins.

La medición mostró que los sentimientos negativos alcanzaron un 61 %, mientras que los positivos bajaron al 37 %. Además, por primera vez desde noviembre de 2024, el estrés superó a la felicidad.

Según la especialista, este escenario responde a un problema "crónico y estructural" que se ha instalado progresivamente en la vida cotidiana de las personas. Entre los principales factores, destacó el impacto de las exigencias laborales, el desequilibrio entre trabajo y vida personal y la creciente incertidumbre

económica.

Pallamar explicó que los riesgos psicosociales asociados al trabajo están estrechamente vinculados con ansiedad, depresión y agotamiento emocional, transformando el ámbito laboral en un factor clave para la salud mental.

La académica también advirtió que el cansancio aparezca como el estado emocional predominante entre las personas encuestadas, seguido por sentimientos de miedo y tristeza, lo que reflejaría una sobrecarga emocional constante.

Frente a este panorama, enfatizó la necesidad de fortalecer las políticas públicas, entregar mayor certeza económica y promover ambientes laborales más saludables. Asimismo, recomendó reforzar hábitos de autocuidado como dormir adecuadamente, realizar actividad física y fortalecer las redes de apoyo y relaciones personales.

Finalmente, sostuvo que las organizaciones y jefaturas cumplen un rol fundamental en el bienestar emocional de sus equipos, mediante estrategias de reconocimiento, apoyo y buen clima laboral.