

El Dr. James McDeavitt de Baylor College of Medicine compartió este importante mensaje de seguridad y queríamos transmitirlo a nuestra familia MAREK mientras nos dirigimos al fin de semana del Día del Trabajo. #MySafeLaborDayBCM

Estos son los puntos clave del Dr. McDeavitt:

- Celebramos el feriado del Memorial Day y vimos un repunte en los casos comunitarios. Celebramos el 4 de julio y otro repunte.
- Estemos todos seguros este fin de semana del Día del Trabajo. Usar una máscara cuando esté en lugares públicos y cuando esté cerca de otras personas. Practique el distanciamiento físico todo el tiempo.
- Celebre con su familia inmediata, no con su familia extendida, y ciertamente no como parte de una multitud pública. Celebre en casa si es posible.
- Es importante que nos relajemos y nos conectemos con los demás, pero seamos inteligentes al respecto.

Se refiere a estadísticas específicas de Houston al principio, pero si lees más, comparte una historia real sobre la familia Wilson, que vive en una comunidad pequeña, muy alejada de la ciudad, cuyas vidas se vieron devastadas tras una reunión familiar a principios de este verano.

Es posible que haya experimentado algo similar en su propia familia o con alguien que conoce.

Gracias por todo lo que está haciendo para mantenerse sano y seguro. Le deseamos a usted y a sus seres queridos unas felices vacaciones.

Planes para el Día del Trabajo

2 de septiembre de 2020

Estimados miembros de la comunidad del Baylor College of Medicine:

Tengo un favor muy específico que pedirle hoy. Aquí está el enlace al mensaje de hoy:

<https://bit.ly/3jEv5q7>. Copie el enlace y compártalo ampliamente con sus amigos y familiares. Publica en tus cuentas de redes sociales. Esta es una solicitud que no hago a menudo, pero después de leer el mensaje de hoy, espero que estén de acuerdo en que es importante difundir el mensaje.

Hoy tengo un tema importante y una repetición de una publicación anterior. El tema principal: algo está sucediendo con los números de COVID-19 en Houston que no entendemos completamente. Dada nuestra falta de claridad y los eventos en el horizonte que pueden promover el resurgimiento, es precisamente el momento equivocado para relajar nuestra vigilancia sobre el control de virus en nuestra comunidad.

Los números de esta semana son un poco mixtos. La nueva tasa diaria de casos para Houston y los condados circundantes ha disminuido claramente, pero no tan rápido como Texas en conjunto, ni tan rápido como las nuevas admisiones hospitalarias. Los casos nuevos en Houston alcanzaron su punto máximo alrededor del 17 de julio con 2,450 diagnósticos por día (un número que probablemente sea

aproximadamente una décima parte del total de casos, si se considera a las personas positivas que no se someten a la prueba). Ahora hemos reducido a unos 1.500 nuevos diagnósticos por día, una reducción del 39 por ciento. Las hospitalizaciones han bajado aún más drásticamente, cerca del 80%. Es una buena noticia que deberíamos celebrar. Necesitamos buenas noticias. Sin embargo, para mantener esto en perspectiva, durante el mismo período de tiempo, los casos nuevos en Texas se redujeron en más del 60 por ciento. Houston parece no estar tan bien como el resto del estado. Para agregar un pensamiento aleccionador adicional, nuestro nivel mejorado de casos nuevos es aproximadamente 10 veces mayor que a fines de mayo (250-300 por día), que ahora sabemos que fue el comienzo de nuestro aumento de julio. En resumen, lo estamos haciendo mejor, pero no tan bien como el resto del estado, ni tan bien como lo estábamos en junio, y no nos acercamos a nuestro objetivo de 200 casos por día, donde el rastreo de contactos comunitarios se vuelve factible.

Otra campaña de advertencia es nuestra. Recuerde, si esta medida de infectividad es menor que uno, la presencia viral en la comunidad se está reduciendo. Mayor que uno, está creciendo. Tuvimos un tramo de más de dos semanas de $R < 1$, lo que fue una señal muy alentadora de que el uso de cubiertas faciales y el distanciamiento estaban funcionando. Desafortunadamente, nuestro valor R aumentó durante la semana pasada a aproximadamente 1,26, pero desde entonces ha disminuido a 1,15 (por lo que todavía se está extendiendo). Volviendo a la observación de que algo está sucediendo con las métricas de Houston que no comprendemos del todo, cuando se observan las $R(t)$ s para todas las principales áreas metropolitanas de Texas, todas se han mantenido persistentemente por debajo de uno. De hecho, los únicos dos condados con $R(t)$ s más altos que Houston son Duval y Dickens (poblaciones 11,157 y 2,444, respectivamente).

Señalo esto no para ser alarmista, sino para resaltar el peligro de bajar la guardia frente a datos que no podemos explicar completamente. Nuestras cifras están mejorando claramente en general. Las diferencias de Houston podrían deberse a varios factores (por ejemplo, diferencias en la demografía de la población, integridad de los informes de datos). Sin embargo, no tenemos evidencia de que algo haya cambiado fundamentalmente con respecto a la infectividad viral en nuestra comunidad. ¿Ha mutado a una forma menos grave? No. ¿Hemos logrado la inmunidad colectiva? Ni siquiera cerca. Necesitamos mantener la vista en el objetivo a medida que nos acercamos a eventos adicionales que enfatizarán nuestra capacidad para mantener el control. Apertura de escuelas públicas presenciales. Clima más fresco. Temporada de gripe. Fatiga de enmascaramiento y distanciamiento.

Lo que me trae nuestro factor estresante más inminente: el Día del Trabajo. Celebramos el feriado del Día de Memorial Day y vimos un repunte en los casos comunitarios. Celebramos el 4 de julio y otro repunte. Estoy seguro de que comparto mi deseo de que esta parte particular de nuestra historia no se repita. La siguiente es una historia real, una "repetición" de justo antes del 4 de julio, lo que hace el punto mejor que yo:

Nota: Cambié el nombre de la persona principal en esta historia a Frank Wilson y omití algunos detalles, no a petición suya, sino para permitir que esta historia se cuente sin entrometerse en la privacidad de nadie involucrado en esta historia. La historia es real, la gente es real, el impacto en sus vidas es real.

Frank Wilson y su familia extensa han vivido en la misma ciudad durante más de 40 años, tres generaciones. Son una familia unida en una comunidad muy unida. Disfrutan de un ritmo de vida que es al menos medio paso más lento que el de una ciudad como Houston. Esta es la historia del SARS-CoV-2

en un lugar muy alejado de la intensidad y complejidad del Texas Medical Center. Es una historia de buena gente en un lugar seguro.

Los Wilson planearon pasar su Memorial Day de la forma en que pasan la mayoría de las vacaciones y muchos fines de semana: disfrutar de una reunión familiar en su lugar de picnic favorito. Esta celebración adquirió un poco más de importancia, ya que salían de la cuarentena ocasionada por el coronavirus. A medida que los líderes regionales ordenaron un cierre parcial de la economía, sufrieron junto con el resto del estado y el país: perdieron turnos en el trabajo, cancelaron eventos familiares. Ahora los funcionarios públicos estaban reabriendo la economía y la vida intentaba recuperar su ritmo normal. No había nada más normal para Frank que un picnic familiar.

¿Qué pensó de todas las advertencias de coronavirus? "Pensé que todo era un gran engaño: el gobierno intenta tomar el control de las cosas". Sabía que personas en otras partes del país tenían el virus, pero no conocía personalmente a nadie que lo tuviera. Ni siquiera conocía a nadie que conociera a alguien que lo tuviera. La respuesta de los medios de comunicación y los líderes cívicos pareció exagerada. "Fue una gran nada". Afortunadamente, parecía que ahora estaba detrás de nosotros. Estábamos abriendo de nuevo. Habíamos vencido al virus.

Este Memorial Day fue como muchos otros días festivos similares: una oportunidad para descansar y relajarse con la familia. Se convertiría en un día, que conduciría a una semana, que cambiaría sus vidas para siempre.

La primera señal de advertencia. La madre de Frank se quedó sin aliento. Sus síntomas eran lo suficientemente graves como para que se sintieran obligados a que la revisaran en una sala de emergencias local. La evaluaron y le dijeron que sufría de un "corazón roto". Todavía estaba de luto por la reciente muerte de su esposo, el padre de Frank, y parecía razonable que sus síntomas estuvieran relacionados con la ansiedad. Todos se sintieron aliviados de que no fuera el virus.

El Memorial Day fue el lunes 25 de mayo. El martes pasó y transcurrió sin incidentes.

El miércoles, Frank fue a ayudar a un amigo a poner a punto el motor de su automóvil. Hacia el final del día no se sintió bien. Esa noche le subió la temperatura y llamó a su jefe para decirle que no acudiría al trabajo. Fue al hospital y se hizo la prueba de COVID-19. Resultados al día siguiente: positivos. Tenía el virus.

El jueves, la esposa de Frank desarrolló síntomas similares. Fue al hospital y estaba lo suficientemente enferma como para ser admitida.

También el jueves, la suegra de Frank se enfermó. En retrospectiva, no se había sentido bien desde mediados de mayo, pero ya había tenido una prueba negativa para COVID-19. Fue al hospital y fue ingresada.

El viernes, la hermana de Frank se enfermó. Como su esposa, fue al hospital y fue ingresada.

El viernes por la noche, el estado de su madre había empeorado hasta el punto de que él se sentó junto a su cama toda la noche. Él no se dio cuenta en ese momento, pero esta sería la última noche que pasaría en su casa. El sábado la llevó al hospital y la ingresaron.

Así terminó una semana de la que la familia sigue luchando por recuperarse.

Frank tuvo suerte. No necesitaba pasar tiempo en el hospital. Sin embargo, me dice que fue lo peor que ha tenido. "Fue diez veces peor que la peor gripe. Tenía un dolor de estómago terrible y no podía respirar. Sentí como si una bomba estallara en mi pecho".

La condición de su esposa era lo suficientemente grave como para que pareciera que necesitaría un ventilador. Afortunadamente, con una combinación de inclinación regular (posición boca abajo que mejora el intercambio de aire en pacientes con COVID-19) y altos niveles de oxígeno suplementario, evitó el ventilador y fue dada de alta después de aproximadamente una semana.

El estado de su suegra se deterioró, lo que provocó una estancia prolongada en la UCI. Ella está profundamente débil y continúa en rehabilitación intensiva.

La hermana de Frank también terminó en la UCI y requirió oxigenación por membrana extracorpórea (ECMO). Se utiliza en pacientes cuyos pulmones están tan gravemente afectados que no pueden intercambiar eficazmente el oxígeno entre las vías respiratorias de los pulmones y la sangre, lo que es muy parecido a ahogarse lentamente. La sangre del paciente se drena fuera del cuerpo, se infunde con oxígeno y se reemplaza. Afortunadamente, recientemente mejoró hasta el punto de que ya no tiene ECMO, aunque permanece hospitalizada.

La madre de Frank fue la más crítica de todas. Fue ingresada en la UCI y recibió el mejor y más agresivo tratamiento posible, en el mejor centro médico del mundo. Participó en el ensayo de suero convaleciente y recibió anticuerpos de otro paciente que se había recuperado del COVID-19. A pesar de los heroicos esfuerzos, falleció.

Esta es una historia real, como me la contó Frank: gente real, hechos reales. Después de ver la devastación, el virus trajo a las personas que ama, su instinto es hacer todo lo posible para ayudar a los demás. Quiere donar su plasma para que alguien pueda beneficiarse de sus anticuerpos. Lo más importante es que quiere que la gente sepa que la amenaza es real y que todos deben actuar de manera responsable para protegerse unos a otros, para proteger a personas como su esposa, hermana y madre.

Estemos todos a salvo este fin de semana del Día del Trabajo. Enmascarar cuando esté en lugares públicos y cuando esté expuesto a otros. Practica el distanciamiento físico todo el tiempo. Celebre con su familia inmediata, no con su familia extendida, y ciertamente no como parte de una multitud pública. Celebre en casa si es posible. Es importante que nos relajemos, nos relajemos y nos conectemos con los demás, pero seamos inteligentes al respecto.

Si es un experto en Twitter, comparta una breve descripción de cómo disfrutará su fin de semana festivo sin dejar de estar seguro e incluya el hashtag #MySafeLaborDayBCM (o envíeme un correo electrónico a svpclinical@bcm.edu). Y comparta el mensaje de hoy: <https://bit.ly/3jEv5q7>

Que tengas unas buenas vacaciones.

James McDeavitt, M.D.

Vicepresidente sénior y decano de asuntos clínicos