

## Cómo evitar contagios en el transporte público



El doctor Jorge Aliaga, Físico del Conicet y Secretario de Planeamiento y Evaluación Institucional de la Universidad Nacional de Hurlingham, brindó recomendaciones a FM Vos (94.5) y Diario San Rafael para evitar contagios en lugares cerrados y resaltó la importancia de la ventilación cruzada.

Aconsejó que “en cualquier lugar, ya sea cerrado o abierto, lo ideal es mantener distancia. A veces en el transporte público es más difícil de mantener, pero la idea es entre metro y medio y dos metros. También usar tapabocas todo el tiempo en el exterior o en el interior, y el tapabocas tiene que ser con tela que filtre. Es decir, que no sea de acetato, porque es una barrera, pero no filtra. Es importante que el barbijo tape la cara, esté ajustado a la misma y no escape el aire, porque no está filtrando”.

El médico dijo que “en los lugares cerrados, no solo en el transporte, sino también en las escuelas, oficinas, edificios y en las casas, uno lo que debe hacer para evitar contagios, es ‘ventilar’. Se ha entendido que esta enfermedad, además de por gotas grandes que caen a la superficie que si uno se las lleva a la boca, se contagia, información que ya sabíamos desde un principio, también se contagia por lo que se llama aerosoles. Esto es, pequeñas gotitas que uno emite cuando respira, habla, canta o grita, y esas gotitas pueden quedar flotando en el ambiente durante horas”.

Comentó que “si estamos compartiendo el ambiente con alguien, en el lugar que uno vive uno puede estar contagiando, y si estamos mucho tiempo con personas en un lugar cerrado tenemos más posibilidades de contagiarnos. Ese riesgo se disminuye con el aire que respiramos, es decir, que sea lo más parecido al exterior, y eso se logra ventilando.

---

Por eso la mejor ventilación es la cruzada, en un ambiente uno abre dos cosas que estén enfrentadas, por ejemplo, una puerta y una ventana, para que se genere corriente de aire”.

Agregó que “si logramos tener alguna forma de ver si estamos ventilando bien, vamos a estar más tranquilos y vamos a poder ventilar. Uno para medir bien si está ventilando, lo puede hacer con una estimación, midiendo el dióxido de carbono, es decir, que este nivel esté lo más parecido al exterior”.

Sobre la realidad actual, el profesional opinó que “la situación es compleja, no es lo mismo en pequeñas ciudades, que los grandes aglomeramientos, donde el contagio es más rápido. En este momento tenemos un crecimiento muy veloz en muchos lugares del país y en Mendoza, hay un pico más grande del que hubo en septiembre y octubre. Al ser tan rápido, genera un problema adicional, porque veníamos trabajando con el sistema de salud con poco margen de camas desocupadas, porque así trabaja el sistema de salud, ya que no está prevista muchas urgencias, y al subir tan rápido el sistema no se da abasto por esa demanda”.

Y añadió que “la suerte si se quiere en este contexto, es que se ha avanzado bastante en la vacunación de los mayores de 70 y 80 años, que son los que requieren mayor atención médica”.