

**ADVERTENCIA:** El presente Boletín reproduce las noticias aparecidas en los medios de comunicación que en cada caso se citan; por ello, FUNSALUD no garantiza que su contenido sea verídico y confiable, y excluye cualquier responsabilidad por dichos contenidos.

## **CONTENIDO**

<b>Alistan vacunas para personal no Covid .....</b>	<b>3</b>
<b>Avance de 87% en vacunación; mañana dirán las otras alcaldías .....</b>	<b>4</b>
<b>Aún sin definir, municipios donde se aplicarán biológicos recién recibidos.....</b>	<b>5</b>
<b>El secretario de Salud del Edomex dijo que para que se envíen vacunas a municipios, éstas deben ser aplicadas por lotes .....</b>	<b>6</b>
<b>OPS: riesgo de nuevas variantes del virus por atraso en vacunas .....</b>	<b>7</b>
<b>Ordena el INAI informar sobre pruebas Covid en Presidencia .....</b>	<b>9</b>
<b>Práctica médica recurrió a criterios no científicos ante el Covid-19: especialista. Rogelio Pérez, del INER, señala que más de 4 mil 500 ensayos clínicos prueban con diferentes sustancias .....</b>	<b>10</b>
<b>Investigadores de la UNAM se suman a grupo élite de Covax .....</b>	<b>11</b>
<b>Con la reapertura, necesaria la prevención continua para evitar contagios: experto .....</b>	<b>12</b>
<b>Científicos mexicanos crean prueba para detectar mutaciones de coronavirus en pocas horas .....</b>	<b>14</b>
<b>ISSSTEP: el exceso de peso y la obesidad aumentan el riesgo de contagio al virus SARS-CoV-2 y reduce efectividad de vacuna anticovid.....</b>	<b>15</b>
<b>IPN capacitará a voluntarios en la aplicación de vacuna .....</b>	<b>17</b>
<b>Vacunados, para regreso a clases seguro, exigen padres.....</b>	<b>18</b>
<b>¿Cuándo las y los niños podrán ser vacunados contra el COVID-19? .....</b>	<b>19</b>
<b>Un estudio científico indica que las vacunas diseñadas con la variante sudafricana (501Y.V2) 'podrían ser de protección cruzada contra otras variantes'.....</b>	<b>20</b>

Laboratorio suizo producirá vacuna anticovid de CureVac. Novartis tiene previsto fabricar 50 millones de dosis como máximo a finales de 2021 y 200 millones en 2022.....	21
Día Internacional de la Mujer. Oportunidad histórica de abatir brecha entre hombres y mujeres .....	22
Día Internacional de la Mujer. AI: estigmatización y ataques en México a quien protesta contra la violencia de género.....	23
Padres de niños con cáncer acusaron que CNDH ha sido lenta en tema de desabasto de oncológicos, y exigieron que haga un pronunciamiento .....	24
Jorge Eduardo Navarrete: Pandemia: acceso a las vacunas (Opinión).....	25
Javier Aparicio: Pandemia: un año después (Opinión) .....	27
Altos niveles de desigualdad, pobreza y la desprotección social agravarán crisis que atraviesa AL debido a pandemia de Covid, señaló Cepal.....	29
México incumplirá sus compromisos sobre pobreza .....	30
"Controladores del VIH": Identifican pacientes con baja carga viral que no usan tratamiento .....	32
3 consejos de neurocientíficos para liberarse del dolor de cabeza .....	34
Día Mundial de la Audición. En México uno de cada mil niños nace con problemas auditivos: IMSS .....	37
El mundo desperdició 931 millones de toneladas de alimentos en 2019: ONU .....	38

## Reforma

### Alistan vacunas para personal no Covid

Natalia Vitela

04 de marzo, 2021

Luego de la serie de protestas de personal de salud de institutos nacionales y hospitales federales de referencia, que no ha sido vacunado por no estar en primera línea de atención de Covid-19, la Secretaría de Salud aseguró que estos trabajadores recibirán la vacuna de manera simultánea que los adultos mayores.

Ricardo Cortés, director general de Promoción de la Salud, señaló que todo el personal que trabaja en el sistema nacional es de suma importancia para la atención de esta epidemia y tiene derecho a exigir que se le vacune cuando le corresponda.

"En la segunda etapa de la estrategia se había establecido que además de las personas adultas mayores se contemplara la vacunación del resto del personal de salud", afirmó.

Comentó que hay hartazgo y cansancio y el personal de salud ha sido de los más afectados por la contingencia sanitaria.

Precisó que se estima que hay un 1 millón 100 mil trabajadores de la salud y de ellos 700 mil forman parte del personal de primera línea de atención a la Covid-19.

Personal del Hospital Infantil y del Instituto Nacional de Rehabilitación se sumó, por separado, a las protestas de trabajadores de salud que no son de primera línea de atención a Covid-19.

Hasta ahora han protestado en los Institutos Nacionales de Neurología, Cardiología y Pediatría, así como del Hospital de la Mujer y del Materno Pediátrico de Xochimilco.

[Ver fuente \(solo suscriptores\)](#)

[Volver al Contenido](#)

## La Jornada

### **Avance de 87% en vacunación; mañana dirán las otras alcaldías**

04 de marzo de 2021

Mientras la vacunación contra el Covid-19 para adultos mayores lleva un avance de 87 por ciento en las seis alcaldías donde comenzó la campaña, el Gobierno de la Ciudad de México dará a conocer mañana las nuevas alcaldías en las que continuará la inoculación a partir del lunes 8 de marzo.

La administración local señaló que se afinan los últimos detalles sobre el número de dosis que recibirá la capital para definir las demarcaciones en las que continuarán los trabajos, luego de que este viernes se prevé concluir la aplicación de la primera dosis del biológico Sputnik V en Iztacalco, Tláhuac y Xochimilco.

Adelantó que ya se tiene decidida la ubicación de las macrounidades que se instalarán en el resto de las alcaldías.

El martes llegó a México un embarque con 852 mil 150 vacunas de Pfizer, de las que poco más de 381 mil serán distribuidas a la capital, informaron las autoridades sanitarias del gobierno de la República.

Hasta ayer, en las seis alcaldías –Cuajimalpa, Magdalena Contreras, Milpa Alta, Iztacalco, Tláhuac y Xochimilco– se habían aplicado más de 240 mil dosis, de las 277 mil 627 previstas.

El titular de la Secretaría de Relaciones Exteriores, Marcelo Ebrard, aseguró que a partir de la segunda quincena de marzo estarán disponibles varios lotes de vacunas contra el coronavirus para el país.

En entrevista, luego de inaugurar una oficina de expedición de pasaportes en un centro comercial de Coyoacán, el canciller detalló que entre el 15 y 18 de marzo llegarán tres aviones con un millón de biológicos de Sinovac cada uno, y entre el 19 y 20 se entregará el primer lote de la de CanSino, que sólo requiere de una dosis para generar inmunidad.

Agregó que la entrega de la CanSino depende de la aprobación de un proceso biológico que manejan los laboratorios de la Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (Cofepris), pero se contará con 35 millones de dosis.

Ebrard indicó que están por llegar, provenientes de India, casi un millón 200 mil vacunas de AstraZeneca y 5 millones y medio de Corea del Sur, mientras, continúa el envasado de 12 millones de dosis en México.

Además, recordó que México participa en la fase III de los biológicos CureVac, de Alemania, y Novavax, de Estados Unidos, que se espera pronto sean aprobados, y se tiene interés en uno más, Sinopharm, de manufactura china, que tiene una alta efectividad, por lo que se va a presentar el expediente a la Cofepris.

Señaló que también está la de Janssen, que ya se autorizó en Estados Unidos, por lo que prevé que el proceso de aprobación en México sea rápido.

Junto con la jefa de Gobierno, Claudia Sheinbaum, el canciller inauguró la oficina de pasaportes 47, que atenderá en promedio a 2 mil 800 personas al día, de lunes a viernes, con lo que se estima generar hasta mil 600 millones de pesos al año por ese trámite.

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)

## La Jornada

### **Aún sin definir, municipios donde se aplicarán biológicos recién recibidos**

Ángeles Cruz Martínez

04 de marzo de 2021

Todavía está pendiente la definición de los municipios donde continuará el plan nacional de vacunación contra el Covid-19 con los biológicos que llegaron el pasado sábado, los cuales son un millón de dosis de Sinovac y 852 mil 150 de Pfizer-BioNTech que arribaron al país el martes, informó Ricardo Cortés Alcalá, director de Promoción de la Salud.

A diferencia de lo que ocurrió con los primeros envíos de vacunas en que al día siguiente de su llegada se empezaron a administrar, ahora el funcionario comentó que la estrategia se tiene que ajustar a las condiciones de cada localidad. La definición de los sitios donde se van a instalar los módulos se decide entre la Federación, los gobiernos estatales y municipales. Las localidades que se sumen a la estrategia se darán a conocer en la página de Internet [www.vacunacovid.gob.mx](http://www.vacunacovid.gob.mx).

En la conferencia de prensa vespertina en Palacio Nacional, el funcionario comentó que el subsecretario de Prevención y Promoción de la Salud, Hugo López-Gatell, continúa su recuperación en casa, prácticamente asintomático, según se reporta él mismo.

Sobre el comportamiento de la pandemia de Covid-19 en el país, ayer se confirmaron 7 mil 793 casos, con lo que el registro ya acumula 2 millones 104 mil 987 personas que han tenido la enfermedad. También se sumaron 857 fallecimientos por Covid-19, alcanzando así 188 mil 44 decesos por esta causa.

Sobre el avance de la vacunación contra el Covid-19, Cortés indicó que ayer se aplicaron 38 mil 72 dosis, para una cifra acumulada de 2 millones 633 mil 580. Del total, 572 mil 212 son trabajadores de salud que ya tienen el esquema completo de dos dosis, así como 17 mil 427 docentes en Campeche, que representan 99 por ciento de ese sector.

De los adultos mayores, a un millón 260 mil 221 se les ha aplicado la primera dosis del biológico.

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)

### Reforma

**El secretario de Salud del Edomex dijo que para que se envíen vacunas a municipios, éstas deben ser aplicadas por lotes**

Alejandro León

04 de marzo, 2021

El Secretario de Salud del Estado de México, Gabriel O'Shea, explicó que uno de los criterios para que autoridades sanitarias envíen las vacunas a un municipio es que el lote de dosis cubra la totalidad de adultos mayores que hay en una demarcación.

Así, entre los municipios mexiquenses en lo que se recibirá próximamente la vacuna contra el Covid-19, sólo uno está dentro de las 10 demarcaciones que registran más casos de contagios y defunciones por el virus.

Mientras, el Municipio de Nezahualcóyotl, segundo del Edomex con más casos de contagios, tiene contemplado recibir más de 164 mil vacunas para cubrir su población de adultos mayores, pero no figura en el próximo envío de vacunas.

Es el mismo caso el de Naucalpan, cuarto lugar de contagios, donde estiman que hay 120 mil adultos mayores, o Tlalnepantla, quinto lugar en contagios, que calcula 110 mil 241 adultos mayores en su población.

En Toluca, que ocupa el tercer lugar en contagios, la Secretaría de Salud estatal prevé iniciar la próxima semana con la aplicación de 94 mil dosis de la farmacéutica Pfizer, adelantó O'Shea.

En tanto, agregó, en Ecatepec se lleva un avance de casi el 70 por ciento, de un total de 192 mil dosis, en aplicación de las inoculaciones.

"La designación se hace de acuerdo al número de vacunas que llegan, o sea, si queremos vacunar a todo Naucalpan, necesitamos el número exacto de vacunas de adultos mayores de Naucalpan.

"Hay que recordar que hay algunos tipos de vacuna, como la Sputnik y la Pfizer, que necesitan ultracongelación y un manejo muy distinto, por eso, esas vacunas se usan en la zona urbana", dijo el Secretario en entrevista con REFORMA.

El Estado de México tiene una ocupación hospitalaria general del 47 por ciento y una ocupación del 40 por ciento con ventilador.

[Ver fuente \(solo suscriptores\)](#)

[Volver al Contenido](#)

## La Jornada

### **OPS: riesgo de nuevas variantes del virus por atraso en vacunas**

04 de marzo de 2021

Los contagios de Covid-19 están disminuyendo en Estados Unidos, Canadá y México, pero en América Latina la vacunación apenas empieza, lo que eleva el riesgo de que emerjan nuevas variantes peligrosas, dijo ayer la Organización Panamericana de la Salud (OPS).

Mientras el Covid-19 perdure en una parte del mundo, el resto nunca estará a salvo, advirtió la directora de la OPS, Carissa Etienne, en una sesión informativa sobre la pandemia en América.

Informó que durante la semana pasada más de 1.1 millones de personas en el continente se infectaron y casi 34 mil murieron por Covid-19, lo que representó 55 por ciento de las muertes reportadas en todo el mundo. Respecto de las vacunas, señaló que hasta el momento 93 millones de personas recibieron una inoculación contra el coronavirus en América.

La llegada de vacunas de (el programa) Covax a nuestra región es un hito histórico y la culminación de meses de negociaciones y un compromiso con la solidaridad global, indicó Etienne.

Agregó que un total de 28.7 millones de dosis de la vacuna contra el Covid-19 del programa Covax, elaboradas por AstraZeneca y el Instituto Serum indio, serán entregadas en países de América hasta mayo de 2021.

Varias naciones europeas, entre ellas Dinamarca y Austria, comienzan a adquirir vacunas a Rusia, China e Israel al margen de Bruselas para conseguir suministros propios que puedan acelerar sus campañas de vacunación, sin atarse a los plazos de las compras globales de la Unión Europea.

Hungría y Eslovaquia ya iniciaron acercamientos con Rusia para obtener la vacuna Sputnik V, la cual ya fue autorizada en Hungría. El presidente húngaro, Viktor

Orbán, también fue vacunado con el inmunizante chino anti-Covid Sinopharm. Eslovaquia encargó dos millones de la Sputnik V.

Por otra parte, el canciller de Austria, Sebastien Kurz, y la ministra danesa del Exterior, Mette Frederiksen, viajarán a Israel para negociar una estrategia de fabricación conjunta de dosis contra el coronavirus, informó Reuters.

La mascarilla aún importa

El presidente de Estados Unidos, Joe Biden, calificó de pensamiento neandertal la decisión de Texas y Misisipi de relajar el uso de cubrebocas, y afirmó que reducir prematuramente las medidas de protección pone en riesgo la lucha de su país contra el coronavirus.

Lo último que necesitamos es el pensamiento neandertal de que mientras todo esté bien, quítate la mascarilla. Olvídate. Eso aún importa, expresó el mandatario a periodistas en la Casa Blanca.

Con más de 517 mil muertes y 28.73 millones de contagios, Estados Unidos es el país más enlutado del mundo por la pandemia, pese a que ha avanzado en su campaña de vacunación masiva.

El presidente de Brasil, Jair Bolsonaro, acusó a la prensa de su país de crear pánico con la pandemia, y volvió a criticar las restricciones que imponen los gobernadores ante el rápido avance de los contagios, en momentos en que esa nación registró un nuevo récord de fallecidos por la enfermedad: mil 910 en 24 horas.

La empresa farmacéutica india Bharat Biotech aseguró que su vacuna Covaxin, muy criticada por haber sido lanzada antes de las pruebas finales, alcanza una eficacia de casi 81 por ciento en la prevención contra el Covid-19.

Las autoridades de China y Sudáfrica incautaron miles de dosis de vacunas falsas, informó Interpol, que consideró que son sólo la punta del iceberg.

La organización internacional afirmó que se decomisaron 400 frascos, el equivalente a 2 mil 400 dosis, en un almacén a las afueras de Johannesburgo, donde también encontraron mascarillas falsas y detuvieron a tres ciudadanos chinos y uno de Zambia.

En China, la policía desarticuló una red de venta de vacunas falsas contra el Covid-19 en una investigación conjunta con Interpol. Esta última informó que 80 personas fueron arrestadas y se incautaron más de 3 mil vacunas falsas.



La pandemia ha dejado 115 millones 22 mil 40 contagios, 2 millones 556 mil 124 muertes y 65 millones 83 mil 34 personas recuperadas en el mundo, según la Universidad Johns Hopkins.

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)

### **La Jornada**

#### **Ordena el INAI informar sobre pruebas Covid en Presidencia**

Arturo Sánchez Jiménez

04 de marzo de 2021

La Presidencia de la República y la Secretaría de la Defensa Nacional (Sedena), entre otras dependencias federales, deberán entregar la información de las pruebas de Covid-19 que hayan hecho con recursos públicos, determinó ayer el pleno del Instituto Nacional de Transparencia, Acceso a la Información y Protección de Datos Personales (INAI).

Al resolver diversas peticiones ciudadanas de conocer esta información, las dependencias habían rechazado contar con ella o la habían clasificado. El INAI resolvió que se trata de un tema de interés público, por lo que debe ser entregada. Sin embargo, señaló que el resultado de las pruebas es privado, por lo que no se divulgará.

Un particular solicitó conocer cuántas pruebas de detección de Covid se aplicaron en 2020 al secretario particular y al coordinador de asesores del Presidente, así como su fecha de aplicación y resultados. La Presidencia respondió que no contaba con registros de la información solicitada y que, de existir, sería confidencial. Otro pidió lo mismo respecto a Luis Cresencio Sandoval, pero Sedena clasificó la información.

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)

## La Jornada

**Práctica médica recurrió a criterios no científicos ante el Covid-19: especialista. Rogelio Pérez, del INER, señala que más de 4 mil 500 ensayos clínicos prueban con diferentes sustancias**

Ángeles Cruz Martínez

04 de marzo de 2021

Más de 4 mil 500 ensayos clínicos se realizan en el mundo para probar la eficacia de diferentes sustancias como tratamiento contra el Covid-19. Hasta ahora, sólo la dexametasona demostró que disminuye la mortalidad y su uso está recomendado únicamente en pacientes con enfermedad grave, afirmó Rogelio Pérez Padilla, investigador emérito del Instituto Nacional de Enfermedades Respiratorias (INER).

Señaló que es comprensible el interés por encontrar un tratamiento efectivo contra el coronavirus dada su agresividad y la extensión que ha tenido, pero durante la emergencia sanitaria ha habido prácticas médicas que no se apegan a los criterios científicos.

En entrevista, el especialista señaló que la dexametasona (antinflamatorio) se puede prescribir a personas con Covid-19 que están en sus domicilios siempre que tengan una infección que por su nivel de gravedad amerite su ingreso a hospital; es decir, con neumonía y baja oxigenación.

Para los pacientes con molestias leves, incluso con fiebre, no está justificado el uso del medicamento. Sin embargo, afirmaron otros expertos consultados por La Jornada, ha habido una prescripción indiscriminada de dexametasona.

Resaltaron que la ciencia requiere tiempo y debe mantenerse al margen de intereses económicos que han mostrado médicos y empresas durante la emergencia sanitaria.

Pasó con tocilizumab, promovido ampliamente el año pasado por Francisco Moreno, del Centro Médico ABC, quien incluso acusó a la Cofepris de retrasar la autorización del fármaco para el tratamiento de Covid-19. A las pocas semanas, en julio, el laboratorio Roche informó que su producto no tenía ninguna utilidad para mejorar la salud ni disminuir la mortalidad.

En días recientes, Moreno ha señalado que en México se debe permitir el uso del antiviral remdesivir.

Especialistas comentaron a La Jornada que, además de caro, los ensayos han encontrado que no tiene ningún efecto en la mortalidad ni para prevenir las complicaciones.

De todas maneras, las investigaciones continúan y se han realizado otros ensayos clínicos con remdesivir. Uno de ellos, en combinación con el antiinflamatorio baricitinib, se realizó en Estados Unidos, Singapur, Corea del Sur, Japón, España, Reino Unido, Dinamarca y México. Los resultados, que se publicaron en diciembre pasado en la revista New England Journal of Medicine, indican que tampoco hay un beneficio significativo.

En el ensayo clínico participaron mil 33 pacientes, a 515 de los cuales se les dio la combinación remdesivir-baricitinib y 518 recibieron sólo el antiviral. Los investigadores encontraron que los primeros se recuperaron en siete días y los del grupo control en ocho.

Por México, participaron los institutos nacionales de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán y de Enfermedades Respiratorias. Otro hallazgo fue que con la combinación había 30 por ciento más probabilidad de mejoría del estado clínico en el día 15 y tampoco hubo una disminución significativa de la mortalidad.

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)

## La Jornada

### Investigadores de la UNAM se suman a grupo élite de Covax

Jessica Xantomila

04 de marzo de 2021

Un grupo de destacados investigadores de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) participará en la Coalición para las Innovaciones en Preparación para Epidemias, miembro del grupo Covax, que busca la equidad en la distribución mundial de vacunas.

La UNAM será la sede de un laboratorio centralizado para la medición de la respuesta inmune inducida por candidatos vacunables contra Covid-19, y formará parte de un grupo no mayor a 10 equipos de este tipo de excelencia a nivel mundial.

Así lo informaron la máxima casa de estudios y la Secretaría de Relaciones Exteriores (SRE) en un comunicado conjunto, en el que destacaron que esta acción forma parte de la estrategia internacional del Estado mexicano contra la pandemia de Covid-19.

A través de las facultades de Medicina Veterinaria y Zootecnia (FMVZ) y de Química (FQ), así como del Instituto de Biotecnología (IBt), de la UNAM, el laboratorio centralizado conjuntará las capacidades de las tres entidades universitarias y será clave en el desarrollo de vacunas contra el SARS-CoV-2 y otras enfermedades potencialmente pandémicas.

La Universidad Nacional y la SRE detallaron que la FQ, bajo el liderazgo de Isabel Gracia, proporciona su experiencia en la caracterización de biológicos; la FMVZ, liderada por Laura Cobos en el laboratorio de bioseguridad nivel 3, aporta su conocimiento en inmunología, y el IBt, a través del Laboratorio Nacional para la Producción y Análisis de Moléculas y Medicamentos Biotecnológicos bajo el liderazgo de Laura Palomares y Mabel Rodríguez, proporciona su experiencia en el desarrollo de métodos analíticos y caracterización de la respuesta inmune celular y humoral.

Por otra parte, María Cristina Rosas González, investigadora de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales de la UNAM, expuso que para tener éxito en la campaña de vacunación contra el Covid-19 a nivel mundial, los países importantes en las relaciones internacionales por sus capacidades biomédicas tendrían que coadyuvar en esta materia; sin embargo, hoy el mundo está fragmentado, sin liderazgo frente a la emergencia sanitaria.

En el conversatorio digital La geopolítica de las vacunas en la lucha contra el Covid-19, señaló que Estados Unidos, bajo el gobierno del ex presidente Donald Trump, se encargó de marcar culpas, mientras la Unión Europea, “fragmentada y debilitada previamente por el Brexit, fue incapaz de generar una respuesta concertada”.

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)

### **La Jornada**

#### **Con la reapertura, necesaria la prevención continua para evitar contagios: experto**

Emir Olivares Alonso

04 de marzo de 2021

Si los ciudadanos y los dueños de negocios no toman las previsiones necesarias, con la reapertura de restaurantes, plazas y otros sitios públicos, aunado al cercano periodo vacacional de primavera, habrá un nuevo repunte de contagios y muertes por Covid-19.

Así lo advirtió Mauricio Rodríguez Álvarez, vocero de la Comisión de Atención a Covid-19 de la UNAM, quien subrayó que se debe aprender la lección de fin de año, cuando la gente relajó los cuidados, generando que enero fuera el peor mes con el más alto número de infecciones, hospitalizaciones y decesos a causa de la pandemia.

Con el cambio de color en el semáforo epidemiológico (a la baja), se han ido dando reaperturas y eso abre el riesgo para la circulación del virus y que suban los

contagios, pues la gente regresa al espacio público. Todos debemos colaborar para que las aperturas deben darse de forma ordenada y responsable.

Para ello, el especialista recomendó no acudir a sitios con demasiada gente, aun cuando sean restaurantes o terrazas al aire libre; continuar con las medidas de cuidado (cubrebocas, lavado de manos, estornudo de etiqueta); evitar salir si se presentan síntomas o se ha tenido contacto con alguien que los tenga; evitar reuniones sociales, y aplicación de pruebas rápidas.

Debemos hacernos responsables. Es muy sencillo culpar al gobierno, pero donde realmente ocurren los contagios es en la comunidad. Al bajar la percepción de riesgo, la gente comienza a reunirse. Cada fin de semana vemos más autos en los estacionamientos de las plazas, más personas en los restaurantes, más pensando en ir de vacaciones. Podemos salir, pero evitando situaciones de riesgo, sólo con una participación activa y respeto a las medidas podremos interrumpir la transmisión del virus.

Por separado, Édgar Tafuya, especialista en teoría social contemporánea de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales de la UNAM, señaló que una explicación del afán de las personas por salir se puede basar en los sesgos cognitivos (impulsores no conscientes que influyen en la forma de percibir las cosas y de tomar decisiones).

Pese a que hay información suficiente (sobre los riesgos), la gente tiene la necesidad de negar una realidad abrumadora para continuar con su vida cotidiana. Es un efecto paradójico.

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)

### Televisa Noticias

#### **Científicos mexicanos crean prueba para detectar mutaciones de coronavirus en pocas horas**

03 de marzo de 2021

Octavio García, doctor en epidemiología molecular y director de la empresa Genes2Life, explicó este miércoles 3 de marzo de 2021 que es importante detectar las variantes del virus SARS-CoV2 para lograr un mejor manejo de la vacunación y de los medicamentos.

“Todos los virus mutan y es algo que se debe esperar. No mutan por una razón específica sino porque así es la biología de los virus y si conocemos las mutaciones, especialmente las que tienen un impacto en salud pública o clínica, se puede hacer un mejor manejo, no solamente de la vacunación, sino un mejor manejo de los medicamentos, se puede tratar diferente a la población que está siendo atacada por una mutación o por otra”, dijo en entrevista exclusiva para Al Aire, con Paola Rojas, en referencia a la prueba lograda por científicos mexicanos que permite detecta de manera rápida los contagios y sobre todo las mutaciones del virus.

Destacó que conocer las mutaciones es conocer al virus en tiempo real y no quedarnos con la idea de cómo era cuando surgió.

Señaló que en México se hace un gran esfuerzo sobre la secuenciación de los virus, pero estos estudios son muy caros por los equipos que se requieren. Destacó que hay grupos muy renombrados sobre secuenciación en México, pero definitivamente “no nos alcanza”.

Se refirió a la prueba realizada por científicos mexicanos, capaz de detectar en pocas horas el contagio por SARS-CoV2, pero sobre todo si el virus ha mutado.

“En el caso de la Universidad de Guadalajara, que fue la que anunció primero que había encontrado esta mutación 484 con nuestro sistema, tomó tres horas poderla encontrar en un pull de muestras o en un grupo de muestras. Sí, es mucho más rápido, es mucho más barato y sobre todo es una guía muy efectiva para lo que sigue, que es secuenciar el genoma completo y ver si hay otras cosas que puedan interesar o no”.

Científicos mexicanos crearon una prueba única en su tipo capaz de detectar en pocas horas el contagio por SARS-CoV2 y las mutaciones de éste.

“Realizamos un ensayo que te permite detectar cuatro mutaciones que son relevantes a nivel clínico, es decir, que ya se han reportado en artículos científicos que tienen impacto por ejemplo en reinfección, en eficacia de las vacunas, etc y nos enfocamos en éstas”, dijo anteriormente, para Noticieros Televisa, Octavio García, doctor en epidemiología molecular y director de la empresa Genes2Life.

Este proyecto surgió en laboratorios mexicanos, exactamente en Irapuato, Guanajuato, y a diferencia de los test de secuenciación para determinar si el virus de SARS-CoV2 ha mutado, ésta es más económica y rápida, pues basta con un exudado en la nariz y analizarlo.

“Nuestra prueba te decía, probablemente no cueste más de 350 pesos y en tres horas tienes el resultado para estas cuatro mutaciones y secuenciación masiva pues bueno te costará probablemente 100, 150 dólares y te tardarás 10 o 15 días en tener un resultado, entonces la diferencia es abismal”, dijo el especialista.

Desde hace unos meses, estos investigadores trabajan en colaboración con la Universidad de Guadalajara y San Luis Potosí.

Este grupo de científicos también desarrolló una prueba que permite diagnosticar COVID-19 e influenza al mismo tiempo

En las próximas semanas, las pruebas de mutación de SARS-CoV2 de estos mexicanos comenzarán a ser utilizadas en Reino Unido y también pronto tendrán otra que permite detectar hasta 12 mutaciones de importancia clínica.

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)

## Milenio

### **ISSSTEP: el exceso de peso y la obesidad aumentan el riesgo de contagio al virus SARS-CoV-2 y reduce efectividad de vacuna anticovid**

Rafael González

04.03.2021

El coordinador de la Clínica de Diabetes y Obesidad del Issstep, Javier Rubalcaba Priego, subrayó que el exceso de peso y la obesidad aumentan el riesgo de contagio al virus SARS-CoV-2 y podrían generar en las personas con estas características menor respuesta a las vacunas covid-19. En Puebla, el 73 por ciento de los adultos presentan este problema de salud, alertó.

“En la revista Nature salió un artículo donde se menciona que es más fácil que una persona con obesidad, aun cuando tenga la vacuna, tenga presente un covid-19 moderado porque son personas que viven con inflamación crónica”, explicó el médico.

Asimismo, señaló que en dicha publicación se hace un análisis que indica que las personas con obesidad tendrán más dificultad “para hacer una respuesta inmune adecuada por el siguiente motivo: los leucocitos, tus células de defensa, son células enfermas”.

Apuntó que esas células, que se estiman van de los 4 mil 500 a 10 mil por persona, si no están sanas al momento que se requiere su respuesta a una agresión por una enfermedad será baja porque existe una alteración en la agocitosis, “quiere decir en que se ingieran las bacterias y los virus los leucocitos. Los leucocitos funcionan mal en las personas obesas, sus células de defensa no funcionan adecuadamente. Aun cuando tengan la vacuna y ellos aumenten sus células de defensa están enfermas y viven con una inflamación crónica”.

Precisó que cada célula grasa del cuerpo humano secreta una sustancia que llega a ser inflamatoria, “se llama Interleuquina 6”.

Recordó que la enfermedad generada por covid-19 tiene dos fases: primero, la replicación viral; y segundo, la inflamatoria, “donde hay mucha destrucción pulmonar. En estas personas la destrucción pulmonar es muy grave ¿Por qué? Porque ya teníamos un estado de inflamación”.

Rubalcaba Priego indicó que con base en la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Ensanut) 2018, el promedio de sobrepeso en niños menores de 0 a 4 años es de 8.2 por ciento, de 5 a 11 años es del 35 por ciento, en los adolescentes se mantiene el 35 por ciento y en los adultos es del 73 por ciento: “Aquí ya es junto el sobrepeso y la obesidad, siendo 30 por ciento en los hombres y 40 por ciento en las mujeres”.

Cabe destacar que dicha encuesta se volverá a aplicar en el 2022 y revela que en Puebla hay 4 millones 394 mil 219 personas con obesidad. Detalló que la obesidad es un “aumento del tejido graso a través de una ingesta aumentada de calorías”.

Mencionó que existen unas tablas, reconocidas a nivel mundial, que valoran la medida y peso adecuado: “A eso se le llama índice de masa corporal (...) que debe de ser menor a 24.9, si es de 25 o más ya estás en sobrepeso y si es de 30 o más ya estás en obesidad”.

Indicó que la Organización Mundial de la Salud (OMS) determinó que la principal causa de obesidad es el aumento de la ingesta de calorías, “de alimentos con alto contenido energético, es decir, que llevan una alta cantidad de grasas y azúcares, vamos a almacenarlos con una gran facilidad y va a ser difícil perderlos”.



Añadió que la segunda causa es la falta de actividad física: “Hemos caído en un sistema de sedentarismo severo”; sin embargo, aclaró que también se registra por alteraciones metabólicas, como hipertiroidismo o de los sistemas de alimentación.

Rubalcaba Priego señaló que dentro de los factores de riesgo se encuentra el vivir en un ambiente obesogénico, es decir, un entorno que promueve malos hábitos alimenticios a través del alto consumo de alimentos nocivos para la salud, así como una estrategia de promoción excesiva y venta a bajo costo de productos industrializados con alto contenido de carbohidratos, azúcares y sodio.

Agregó que otro factor de riesgo es que los espacios para la práctica de actividad física están lejos de los centros de trabajo u hogares, “y también se carece de tiempo o no lo queremos hacer”.

Por último, refirió que la obesidad genera enfermedades cardiovasculares, diabetes —que marcó como una pandemia que se vive actualmente y que va en aumento, además de que en México es la segunda causa de muerte—, y trastornos del aparato locomotor.

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)

## La Jornada

### IPN capacitará a voluntarios en la aplicación de vacuna

04 de marzo de 2021

El Instituto Politécnico Nacional (IPN) se sumó a la convocatoria emitida por el gobierno federal con mil 740 brigadistas voluntarios en la aplicación de vacunas contra el Covid-19, quienes iniciaron un taller de capacitación práctica para garantizar el adecuado manejo y administración de los diferentes antígenos a la población. Se trata de maestros y estudiantes de las Escuelas Superior de Medicina, Nacional de Medicina y Homeopatía, Nacional de Ciencias Biológicas, Superior de Enfermería y Obstetricia, así como del Centro Interdisciplinario de Ciencias de la Salud, Unidades Santo Tomás y Milpa Alta, que contribuirán en dicha tarea.

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)

## La Jornada

### Vacunados, para regreso a clases seguro, exigen padres

Laura Poy Solano

04 de marzo de 2021

Padres de familia y alumnos de secundaria demandaron un regreso a clases seguro cuando el semáforo epidemiológico esté en verde y los docentes y trabajadores de la educación puedan ser vacunados contra el Covid-19. Destacaron que debemos garantizar un regreso a las aulas de forma segura para los estudiantes, sin que se pongan en riesgo, pero tampoco a los abuelos y adultos mayores que los cuidan al salir de clases.

En entrevista con La Jornada, afirmaron que, si bien mantener a niños y adolescentes en casa con clases a distancia implicó una mayor carga de trabajo para los padres, la prioridad ahora es la salud, tanto de los estudiantes como de sus profesores y de nuestras propias familias, por lo cual se requiere que la campaña de vacunación avance más, antes de proponer cualquier posible regreso a las escuelas.

Sobre los contenidos de la educación a distancia, como el programa Aprende en casa, señalaron que los niños no aprenden mucho de los contenidos porque no pueden preguntar sobre sus dudas. En mi caso, tengo un niño de primer grado de secundaria y se desespera mucho porque no puede seguir el ritmo de los contenidos, apuntó una madre de familia.

Subrayaron que tanto las clases por televisión como las que reciben en línea por parte de sus profesores de asignatura está generando un enorme estrés, porque los chicos pasan más de ocho horas frente a una pantalla y no acaban. Hay tanta presión que están más preocupados por entregar los trabajos que les piden que por aprender.

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)

## El Financiero

### ¿Cuándo las y los niños podrán ser vacunados contra el COVID-19?

04 de marzo, 2021

La vacuna de Pfizer-BioNTech ya está autorizada para mayores de 16 años, lo que supone que estudiantes de preparatoria podrían hacer fila para recibirla cuando esté disponible en su zona, bien porque padezcan una condición médica o porque haya disponibilidad.

Pfizer-BioNTech y Moderna han completado la inscripción de personas de más de 12 años para sus estudios, y se espera que presenten sus conclusiones durante el verano.

Si los reguladores aceptan esos datos, las y los preadolescentes podrían empezar a vacunarse una vez que haya dosis suficientes. Por el momento, la vacuna de Moderna está autorizada para mayores de 18 años.

Los investigadores empezaron a estudiar el fármaco en niñas y niños de más edad porque tienen a responder a las vacunas de un modo más parecido a las y los adultos.

Las pruebas con grupos más jóvenes son más complejas porque podrían requerir dosis diferentes o tener distintas respuestas.

“Los niños no son solo adultos pequeños”, señaló el pediatra James Campbell, de la Escuela de Medicina de la Universidad de Maryland. “Cuanto más jóvenes, más probabilidades hay de que las cosas puedan ser diferentes”.

La cifra de menores que desarrollan un cuadro grave de coronavirus o mueren a consecuencia de la enfermedad es mucho menor que la de adultas y adultos, pero pueden propagar el virus.

“No hay duda: queremos inmunizar a los niños”, señaló Sarah Long, profesora de pediatría en la Universidad Drexel.

Pfizer-BioNTech y Moderna esperan iniciar sus estudios con niñas y niños de hasta 11 años a finales de este año.

“Es poco probable que podamos lograr la inmunidad de grupo sin vacunar a los niños”, añadió Long. “Este es el eje para que todo vuelva a la normalidad”.

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)

### **Excélsior**

**Un estudio científico indica que las vacunas diseñadas con la variante sudafricana (501Y.V2) 'podrían ser de protección cruzada contra otras variantes'**

03/03/2021

Una investigación de científicos sudafricanos sugirió este miércoles que los anticuerpos desencadenados por la exposición a la variante dominante del coronavirus en el país pueden prevenir la infección con otras cepas.

Los resultados de los estudios de laboratorio ofrecen la esperanza de que las vacunas contra el covid-19 basadas en la variante 501Y.V2, identificada por primera vez en Sudáfrica a finales del año pasado, puedan proteger contra las múltiples cepas que circulan en distintas partes del mundo.

La variante más contagiosa avivó una segunda ola de infecciones en Sudáfrica que alcanzó su punto máximo en enero y podría haberse extendido a muchos otros países de África y otros continentes.

Usamos plasma (...) de personas infectadas en esta última oleada con el 501Y.V2 y lo utilizamos contra el virus de la primera oleada (...) y descubrimos que puede neutralizar, no tan bien como podría neutralizarse a sí mismo, pero no es malo en absoluto", dijo Alex Sigal, del Instituto de Investigación Sanitaria de África, en una rueda de prensa.

Sigal dijo que las vacunas diseñadas con la variante 501Y.V2 en mente "podrían ser de protección cruzada contra otras variantes (...) lo que da una idea de cómo se puede resolver este problema de las variantes".

Penny Moore, profesora del Instituto Nacional de Enfermedades Transmisibles, dijo que la respuesta de los anticuerpos de la variante 501Y.V2 sólo se redujo tres veces contra el virus de la primera ola, mientras que la respuesta del virus de la primera ola se redujo nueve veces contra el 501Y.V2.

No es que los anticuerpos desencadenados por el 501Y.V2 sean mágicos, hay una caída, pero a diferencia de los anticuerpos desencadenados por la variante original parecen tener de alguna manera un poco más de amplitud", explicó en la misma sesión informativa.

Salim Abdool Karim, uno de los principales asesores del gobierno en covid-19, dijo que los principales fabricantes de vacunas, entre ellos Pfizer, AstraZeneca y Johnson & Johnson ya estaban produciendo vacunas basadas en la variante 501Y.V2. Moderna ya había adaptado su vacuna y la estaba sometiendo a estudios en humanos, añadió.

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)

### Once Noticias

**Laboratorio suizo producirá vacuna anticovid de CureVac. Novartis tiene previsto fabricar 50 millones de dosis como máximo a finales de 2021 y 200 millones en 2022**

Natalia García Domínguez

2021-03-04

El laboratorio alemán CureVac firmó un acuerdo con el gigante farmacéutico suizo Novartis para la producción de la vacuna anticovid de ARN mensajero que está desarrollando.

Novartis tiene previsto iniciar la producción de esta vacuna, cuya autorización está estudiando el regulador europeo, en el segundo trimestre de 2021”, indicó CureVac.

Novartis va a fabricar 50 millones de dosis como máximo a finales de 2021 y alrededor de 200 millones en 2022.

Los preparativos para el inicio de la producción, la transmisión de tecnología y los ensayos ya comenzaron y las primeras entregas estarán a cargo del sitio de producción de Novartis en Kundl, Austria”, señaló CureVac.

El proyecto de vacuna de CureVac se encuentra actualmente en la fase III de ensayos clínicos y está siendo evaluado en forma continua por la Agencia Europea de Medicamentos (EMA).

Hace unas semanas, CureVac también anunció un acuerdo de producción con el gigante alemán Bayer.

Por su parte, la Comisión Europea firmó un contrato con CureVac por 405 millones de dosis.

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)

## La Jornada

### **Día Internacional de la Mujer. Oportunidad histórica de abatir brecha entre hombres y mujeres**

Carolina Gómez Mena

4 de marzo de 2021

Las desigualdades existentes entre hombres y mujeres se profundizaron con el Covid-19, por lo que ahora, más que nunca, ya no hay tiempo de hacer sólo compromisos, sino de actuar, consideraron participantes en el anuncio del Foro Generación igualdad, que se realizará del 29 al 31 de marzo, convocado por ONU Mujeres y copresidido por México y Francia.

En vísperas del Día Internacional de la Mujer, y ante el aumento de la violencia e impunidad contra este sector, organizaciones civiles lanzaron una aplicación para celulares diseñada con la finalidad de apoyar a mujeres víctimas de agresiones.

Por su parte, en conferencia virtual, Belén Sanz, representante de ONU Mujeres en México, y Nadine Gasman, presidenta del Instituto Nacional de las Mujeres destacaron que el Foro Generación Igualdad, que se realizará de forma virtual, es una oportunidad histórica, un parteaguas en medio de una de las mayores coyunturas mundiales: el Covid-19.

Sanz señaló que se hará una revisión, a 25 años de Pekín. Está orientado a la acción; ya no tenemos más tiempo de estar planteándonos hojas de ruta, que están muy claramente trazadas; es momento de pasar a la acción.

Martha Delgado Peralta, subsecretaria para Asuntos Multilaterales y Derechos Humanos de la Secretaría de Relaciones Exteriores (SRE), subrayó que, en el contexto de la pandemia, es importante abordar con urgencia las diferentes desigualdades estructurales que se han agudizado en la vida de mujeres y niñas, en particular de las que enfrentan diferentes situaciones de vulnerabilidad.

En tanto, organizaciones civiles indicaron que el objetivo de desarrollar una aplicación para celulares es acercar opciones de apoyo a las mujeres y hacer frente a la violencia patriarcal.

La aplicación, denominada SOSMex, que estará disponible en sistemas operativos Android, Huawei e IOS, se creó en cooperación con la Red Nacional de Refugios y Casa Gaviota, que establecieron una alianza para informar, apoyar y dar opciones reales a víctimas de violencias de género, mediante una aplicación que brinda atención de forma gratuita y confidencial, con enfoque de derechos humanos, perspectiva de género e interculturalidad.

Julio Salcedo Aquino, obispo de la diócesis de Tlaxcala, conminó a desestructurar la violencia y la trata de mujeres y niñas con fines de explotación sexual, situación que aqueja a la entidad, y condenó las masculinidades que han agredido de manera pasiva o activa a las mujeres.

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)

## La Jornada

### **Día Internacional de la Mujer. AI: estigmatización y ataques en México a quien protesta contra la violencia de género**

Fernando Camacho Servín

04 de marzo de 2021

En México, las mujeres que participan en marchas y movilizaciones contra la violencia de género están expuestas a ser agredidas de diversas formas por los cuerpos de seguridad, como parte de un escenario de criminalización y estigmatización generado tanto por las autoridades como por algunos medios informativos, advirtió Amnistía Internacional (AI) México.

#### Cuerpos de seguridad infringen garantías básicas

En su informe México: la era de las mujeres. Estigma y violencia contra mujeres que protestan, presentado ayer, la organización advirtió que aunque el derecho humano a la libertad de reunión pacífica está supuestamente garantizado en el país, en la realidad muchas sufren violencia y vulneración de ésta y otras garantías básicas al manifestarse en las calles.

Distintos cuerpos policiales han infringido las garantías de las mujeres y las niñas, incluyendo los derechos a la reunión pacífica; a la libertad; a la integridad personal; a estar libres de tortura y otros tratos crueles, inhumanos y degradantes, y a vivir una vida libre de violencia, señala AI en el estudio, realizado por la investigadora Ariadna Tovar.

De igual forma, el colectivo documentó que las autoridades responden a las protestas de mujeres y contra la violencia de género con excesivo e innecesario uso de la fuerza, y con detenciones ilegales y arbitrarias, además de abuso verbal y físico basado en el género contra las mujeres y con violencia sexual.

AI México alertó que, aunque las marchas y mítines feministas y en contra de la violencia de género son mayoritariamente pacíficos, dichas acciones “han comenzado a ser estigmatizadas como violentas.

Esta caracterización por parte de las autoridades y varios medios de comunicación genera un ambiente hostil al derecho de reunión del sector femenino, deslegitima su activismo y facilita que tanto autoridades como particulares ejerzan violencia en su contra.

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)

## Reforma

### **Padres de niños con cáncer acusaron que CNDH ha sido lenta en tema de desabasto de oncológicos, y exigieron que haga un pronunciamiento**

Iris Velázquez

04 de marzo, 2021

Padres de niños con cáncer señalaron que la Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH) ha actuado de forma lenta y le exigieron que se pronuncie para que autoridades sanitarias cumplan con el abasto de oncológico en México.

Integrantes del Movimiento Nacional por la Salud acudieron esta tarde a una reunión de trabajo con funcionarios de dicha comisión en las oficinas ubicadas en Periférico Sur.

La abogada de los tutores, Andrea Rocha señaló en entrevista que al ser recibidos por Rodolfo Pérez de la Quinta Visitaduría, le manifestaron que la CNDH ha sido tibia en la defensa a los derechos humanos.

Y que este órgano se pronuncie ante avances en la lucha jurídica obtenidos con diversos litigios interpuestos y solicitudes como sanción a los responsables por el desabasto y negligencia que han llevado a la muerte a cerca de mil 600 niños, cumplimiento de amparos y que se garanticen fármacos, así como los tratamientos para que tengan todas las herramientas para luchar contra la enfermedad.

"Como tal llegó tarde para emitir un pronunciamiento, porque oficialmente ya tenemos una sentencia a nivel nacional de un Juzgado de Distrito Federal. Si la Comisión se quiere pronunciar que se pronuncie ya a favor del cumplimiento de esa sentencia, porque no va a sacar apenas un comunicado para ordenarle a la Secretaría de Salud que cumpla con la entrega del medicamento.

"Al final lo que queremos, lo que ya hemos avanzado en la lucha jurídica es lo que ya buscamos en la comisión, propiamente ya es un pronunciamiento, pero ya de lo que hemos avanzado jurídicamente", agregó.

A decir de la defensora, la CNDH les pidió mandar los amparos y sentencias promovidos por los padres, y el reclamo fue que ellos tienen conocimiento de que al



menos 552 quejas han sido interpuestas ante la dicha instancia, sin que ésta haya fijado un posicionamiento.

"Puede mandar a pedir a los juzgados competentes toda esa información, o sea nosotros como papás no vamos a hacer ese trabajo porque es tu trabajo, entonces al final y también como les mencionamos hay una denuncia igual contra la misma Comisión de Derechos Humanos derivado de que las 552 quejas pues a la fecha no hemos tenido ningún pronunciamiento.

"Entonces se nos hace extraño que la comisión no tenga ningún dato cuando hay papás que al primer órgano que acuden es a la Comisión Nacional de Derechos Humanos y a la fecha no hay ningún pronunciamiento. Ellos ya llegaron oficialmente tarde, no es posible que dos años y medio después van a querer hacer lo que debieron haber hecho hace mucho", insistió.

[Ver fuente \(solo suscriptores\)](#)

[Volver al Contenido](#)

## La Jornada

### **Jorge Eduardo Navarrete: Pandemia: acceso a las vacunas (Opinión)**

04 de marzo, 2021

Hasta ahora, Covax –el esfuerzo de Naciones Unidas para asegurar un acceso global, razonablemente equitativo, a las vacunas para Covid-19– pertenecía más al mundo de las aspiraciones que al de las realidades. Con el inicio de marzo, el decimotercer mes de la pandemia, en respuesta a un clamor casi universal, se ha entrado, con lentitud incompatible con la evidente urgencia que reviste, a esa segunda esfera. La noción de que la pandemia no será realmente superada en ninguna parte mientras no lo sea en todas se acepta en el principio, pero no en sus consecuencias prácticas. El lunes 1º, Costa de Marfil y Ghana iniciaron, en forma modesta, acciones de inoculación con vacunas proporcionadas por Covax, que suministró 504 mil y 600 mil dosis de AstraZeneca, manufacturadas por el Instituto Serum de India –suficientes para inocular a entre dos y tres de cada centenar de habitantes, a decir del Unicef. Casi al mismo tiempo, según la Organización Panamericana de la Salud, se inició, con una primera entrega de 117 mil dosis de Pfizer-BioNTech a Colombia, la iniciativa Primera Ola, un programa piloto global de distribución temprana de cantidades limitadas de dosis, de éste y de AstraZeneca, provenientes de India y de Corea del Sur. Se entregarán en unas cuantas semanas a 36 países de América Latina y las Antillas: Perú, El Salvador y Bolivia entre ellos – a 10 sin costo y a 26 con financiamiento propio de los adquirentes.

El acceso a las vacunas a través de Covax aumentará de manera constante mes a mes y se espera alcanzar alrededor de 280 millones de dosis para las Américas y el Caribe hacia fines de 2021. Al destacar las primeras entregas, el director general de la Organización Mundial de la Salud (OMS) reiteró que la pandemia de Covid-19

sólo puede terminar si la vacunación se produce de forma equitativa y consideró que se daban los primeros pasos en tal sentido tanto en África como en el hemisferio occidental. Covax se propone manejar el mayor, más complejo y más rápido despliegue de vacunas en la historia. Espera distribuir, para finales del año, al menos 2 mil millones de dosis, mil 300 millones de las cuales están destinadas a 92 economías elegibles para recibir asistencia proveniente de donantes gubernamentales y privados.

Como suele ser el caso de los mecanismos multilaterales organizados en el ámbito de Naciones Unidas, el entramado institucional detrás de Covax es complejo, quizá un tanto demasiado. Una nota informativa oficial reciente lo describe así: Covax, el segmento dedicado a la vacunación del Acelerador de Acceso a las Herramientas para Covid-19 (ACT), opera bajo la dirección conjunta de la Coalición para Disponibilidad de Innovaciones Epidémicas (CEPI), la Alianza Global para las Vacunas (GAVI) y la OMS, y actúa en asociación con los fabricantes de vacunas de los países avanzados y en desarrollo, el Unicef [Fondo de Naciones Unidas para la Infancia], el Banco Mundial y otras instituciones. Es la única iniciativa global que asegura que las vacunas estén disponibles tanto para los países de alto como de bajo ingreso. En lenguaje llano, Covax intenta que no sea sólo la lógica del mercado la que rija la distribución del bien más apetecido, ahora y en un futuro que puede limitarse a los meses inmediatos de 2021 o extenderse por varios años. De qué se hablará: del bienio, del quinquenio o del decenio de la pandemia.

El 3 de marzo, Covax actualizó sus estimaciones tentativas sobre oferta disponible y distribución esperada de vacunas en 2021. Advirtió: Hay muchas incertidumbres que afectan la oferta de vacunas para Covid-19 en 2021, sobre todo alrededor de la capacidad de fabricación, la regulación, la disponibilidad de financiamiento, los términos de contratación y el grado de preparación de los países mismos para echar a andar sus programas nacionales de inmunización. No mencionó las relativas a la efectividad de las vacunas para distintos grupos de edad.

Del lado de la oferta, incluye a tres fabricantes con contratos en firme (por mil 310 millones de dosis): Serum Institute, licenciataria de AstraZeneca y Novavax; AstraZeneca, y Pfizer-BioNTech, y dos más con memoranda o declaraciones de intención (por 700 millones): Johnson&Johnson y Sanofi. Se prevé, además, la disponibilidad de 760 millones adicionales de tres vacunas candidatas que se encuentran en activa negociación. Se habrá dispuesto del total –2 mil 790 millones de dosis– en el año en curso o en los primeros meses de 2022. Sobre la demanda, señala que durante el segundo semestre de 2021 se podrá satisfacer la demanda total de los participantes autofinanciados (52 países de ingreso medio o alto que dispondrán de 300 millones de dosis) y habrá destinado mil 800 millones a los 97 países elegibles para recibir asistencia, lo que permitiría inmunizar a alrededor de 27 por ciento de su población.

Si se tiene en mente que de esta pandemia nadie estará a salvo mientras no lo estén todos, parece que es más bien en el horizonte de mediano y largo plazos en el que es dable vislumbrar su esperado final.

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)

### **Excélsior**

#### **Javier Aparicio: Pandemia: un año después (Opinión)**

04 de marzo de 2021

Hace un año se registraba el primer caso oficial de covid-19 en México y este 11 de marzo se cumplirá un año tras la declaración oficial de la Organización Mundial de la Salud de que la propagación y gravedad de la enfermedad era una pandemia.

En mi columna del 19 de marzo de 2020, escribí que: “De la capacidad de organización y reacción de la sociedad dependerá mucho del éxito para reducir el ritmo de contagio (...) Pero no bastará con ello. De la capacidad de reacción de los gobiernos dependerá mucho del éxito para reducir la tasa de mortalidad. Dentro de unos pocos meses conoceremos mejor el saldo de esta tragedia: en qué países se perdieron más vidas, qué países respondieron mejor, qué estrategias de contención funcionaron mejor, así como qué sistemas de salud pública estuvieron a la altura del reto”.

Aunque había gran incertidumbre por tratarse de una nueva enfermedad, las primeras semanas de la pandemia en varios países hicieron evidente que las consecuencias económicas y sociales también serían severas. La caída en la actividad económica alrededor del mundo anticipaba un dilema trágico: ¿qué gobiernos privilegiarían el salvar vidas, o qué gobiernos intentarían preservar la actividad económica? ¿Qué medidas tomar para ayudar a quienes padecieron enfermedad o muerte, qué medidas para quienes sufrieron por la llamada recesión pandémica?

La magnitud global del reto también ha puesto a prueba no sólo la cooperación entre personas, sino también entre gobiernos nacionales y locales. La escasez y el acaparamiento actual de las vacunas en un número reducido de países se asemeja mucho a la escasez inicial de materiales de salud como los cubrebocas, o al cierre de fronteras y rutas aéreas.

Hoy conocemos mejor algunas de las cifras terribles de 2020. A las cifras de contagios y fallecimientos oficiales por covid-19, se suman los fallecimientos en exceso respecto a tendencias históricas y el aumento de muchas otras enfermedades porque, por un lado, los centros de salud se vieron saturados y, por otro lado, muchas personas temieron acudir a ellos.

En cuanto a la economía, las cifras no son más halagüeñas. El PIB del país tuvo una caída de 8.5 por ciento durante 2020, y de crecimiento prácticamente nulo en 2019. La inversión pública y privada acumuló dos años de caída. Durante el peor momento del 2020, se perdieron más de novecientos mil empleos formales.

En retrospectiva, muchas decisiones del gobierno federal aún no tienen respuesta o justificación clara. Por ejemplo, nunca supimos si la decisión de no realizar pruebas masivamente —como recomendaba la propia OMS— se debió a una decisión presupuestal, a una decisión científicamente fundada, o si se debió a una decisión política que buscaba minimizar lo más posible el cúmulo de contagios registrados.

Frente a los severos efectos económicos de la pandemia, el gobierno federal destaca en el mundo como uno de los países que menor esfuerzo fiscal hizo por apoyar a los hogares o las empresas. Frente a la pérdida masiva de empleos y un aumento sin precedentes en la pobreza laboral, la respuesta del gobierno fue mantener sin cambio su cartera de programas sociales. A la fecha, el gobierno no ha podido justificar claramente por qué sus programas sociales son mejores a los previamente existentes, y mucho menos ha justificado su decisión por mantenerlos sin cambio frente a una crisis sin precedentes.

Por otro lado, el gobierno nunca se explicó o justificó claramente por qué el modelo del Insabi es preferible al esquema del Seguro Popular.

Lo mismo puede decirse de algunos proyectos estratégicos del gobierno federal. Frente a una recesión pandémica y el desplome de los precios del petróleo, como se justifica la insistencia de construir una nueva refinería, un tren o un nuevo aeropuerto, en vez de fortalecer en la medida de lo posible el sistema de salud, la prevención de contagios, o la disminución de la mortalidad en hospitales. ¿Algunos de esos cuantiosos recursos no pudieron destinarse, por ejemplo, para tratar de desarrollar una vacuna o contar con la infraestructura necesaria para su fabricación masiva? ¿Podemos confiar en un gobierno que decide mantener sin cambios sus principales políticas públicas y sociales frente a un escenario de recesión y pandemia que ha costado tantas vidas y lastimado a tantos hogares? ¿Se puede tener tanto poder sin tener que asumir parte de la responsabilidad de estos resultados?

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)

## Reforma

### **Altos niveles de desigualdad, pobreza y la desprotección social agravarán crisis que atraviesa AL debido a pandemia de Covid, señaló Cepal**

04 de marzo, 2021

Los altos niveles de desigualdad, de pobreza y la desprotección social agravarán la crisis que atraviesan los países de América Latina y el Caribe debido a la pandemia de coronavirus, reveló este jueves un informe de la Cepal.

La Comisión Económica para América Latina y el Caribe (Cepal), dependiente de Naciones Unidas, destacó en un estudio el aumento en el malestar social en la región, lo que debería ser aprovechado para establecer nuevos modelos de desarrollo y bienestar.

"Los efectos de la pandemia de enfermedad por coronavirus se han extendido a todos los ámbitos de la vida humana, alterando la manera en que nos relacionamos, paralizando las economías y generando cambios profundos en las sociedades", señaló el informe.

Los impactos de la pandemia "se ven agravados por los problemas estructurales de la región: principalmente, los elevados niveles de desigualdad, informalidad laboral, desprotección social, pobreza y vulnerabilidad".

Además, la región posee sistemas de salud y protección social débiles y fragmentados, junto a asentamientos urbanos marginados en expansión carentes de acceso a servicios básicos.

Los efectos de la pandemia sobre las condiciones de vida de la población se potencian con el paulatino aumento de la pobreza y la pobreza extrema y la ralentización en la disminución de la desigualdad observados en el quinquenio previo a la crisis del coronavirus.

En ese periodo, el PIB de América Latina y el Caribe había crecido en promedio solo un 0.3 por ciento por año, la pobreza extrema había aumentado del 7.8 al 11.3 por ciento de la población y la pobreza, del 27.8 al 30.5 por ciento.

La pandemia aumentó la mortalidad en la región y podría afectar el índice de esperanza de vida de acuerdo con su evolución.

"Si bien la mortalidad es el resultado más dramático asociado al Covid-19, aún se desconocen los efectos a largo plazo sobre la salud de las personas que se han recuperado de la enfermedad", dijo el organismo.

En cuanto a educación, el informe señala que "el cierre prolongado de las escuelas puede generar una crisis en el ámbito del aprendizaje y constituir una 'catástrofe generacional'" ayudando a profundizar la desigualdad, además de elevar el riesgo de abandono escolar.

A nivel laboral, los datos disponibles muestran que la crisis ha repercutido de manera desproporcionada en los trabajadores informales y las mujeres, mientras que hacia el futuro es posible que se reduzcan las oportunidades para personas mayores.

"También es probable que las desigualdades étnicas y raciales, así como las vinculadas al territorio, la discapacidad o la situación migratoria, se incrementen", señaló.

[Ver fuente \(solo suscriptores\)](#)

[Volver al Contenido](#)

## La Crónica

### México incumplirá sus compromisos sobre pobreza

Saúl Arellano

2021-03-04

El primero de los Objetivos del Desarrollo Sostenible es erradicar la pobreza en todas sus formas y dimensiones en el año 2030. Uno de los parámetros que se utilizan en el marco de las Naciones Unidas es que la pobreza extrema se ubica en una línea de 1.90 dólares americanos por día, es decir, tomando el tipo de cambio del 03-03-2021, de 20.90 pesos por dólar, eso es equivalente 39.71 pesos por persona y día.

Desde esta perspectiva, es importante subrayar que la medición de la pobreza es relativa y tiene diferentes criterios y metodologías dependiendo del país de que se trate. En el caso mexicano, la referencia obligada es, sin duda alguna, la de nuestros principales socios comerciales en el marco del TMEC.

En ese sentido, es importante decir que, en Canadá, de acuerdo con cifras oficiales de ese país, presentadas ante la OEA, el 9.1% de sus habitantes vivían en condiciones de pobreza en el año 2016; cabe decir que en el año 2006 el porcentaje en ese país fue de 15.6%, es decir, la reducción fue significativa en esa década, y en 2019 se plantearon acciones extraordinarias por las que se buscaba sacar a otras 900 mil personas de la pobreza.

Debe decirse que, en aquel país, la pobreza se establece a partir de la llamada Market Basket Measure (Datos según la oficina nacional canadiense de estadísticas <https://www.statcan.gc.ca/>) la cual es equivalente a aproximadamente 35 mil dólares canadienses por año, es decir, 578,900 pesos anuales por familia (en

promedio de tres integrantes); esto equivaldría a 48,241 pesos mensuales por familia, o bien, 1,608 pesos al día.

En los Estados Unidos de América la línea de la pobreza es de aproximadamente 24 mil dólares anuales por familia (con un promedio de cuatro integrantes); esto es equivalente a aproximadamente 501,600 pesos anuales, o bien, un promedio de 41,800 pesos mensuales, o de 1,393 pesos por día (Véanse los datos de [www.povertyusa.org](http://www.povertyusa.org)).

Para México, la medición se encuentra profundamente alejada de esos estándares. De acuerdo con los datos del CONEVAL la línea de la pobreza extrema por ingresos en el mes de julio de 2021 se ubicó en 1,201.87 mensuales en el ámbito rural, y de 1,679.6 para los ámbitos urbanos. Por su parte, la línea de la pobreza multidimensional por ingresos 2,163.04 pesos mensuales para el ámbito rural, y de 3,320.86 pesos mensuales para los ámbitos urbanos.

Como se observa, las brechas entre países son abismales, y en ese sentido es importante poner el énfasis en una cuestión conceptual: en los Estados Unidos de América y en Canadá, el concepto de la pobreza involucra al concepto del “nivel de vida aceptable”; y el cual se referencia a la idea que se tiene allá respecto de lo que equivaldría a condiciones de vida digna.

En México, se habla de condiciones mínimas de bienestar. La diferencia es evidente: mientras que en nuestros principales socios comerciales se apela a lo aceptable, acá se habla de condiciones de supervivencia mínima.

Los efectos de la pandemia han puesto en jaque a nuestro país, pues los datos que se tienen respecto del Índice de la Tendencia Laboral de la Pobreza, del mismo CONEVAL, muestran que el porcentaje de personas que tienen ingresos laborales por debajo de la línea de la pobreza extrema creció respecto de lo que se tenía hace uno y dos años; de tal forma que lo esperable es que, en la medición de la pobreza 2020, los porcentajes de personas en pobreza multidimensional y extrema se hayan incrementado de forma significativa.

Esta realidad es brutal: México no solo no cumplirá, sino que se quedará muy lejos de cumplir el objetivo de erradicar la pobreza en 2030; y lo peor es que las políticas sociales de que disponemos no tienen la capacidad de corregir el rumbo y modificar las tendencias históricas. Eso es lo que indican los datos; todo lo demás es pura mala retórica.

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)

## El Universal

### **"Controladores del VIH": Identifican pacientes con baja carga viral que no usan tratamiento**

03/03/2021

Un nuevo estudio detectó la existencia de “controladores del VIH”, pacientes que si bien dan positivo a la prueba de anticuerpos para la detección de la enfermedad, su carga viral es casi nula, por lo que los científicos se mostraron asombrados, ya que ninguno había recibido un tratamiento antirretroviral previamente.

Ante esto es que han sugerido que esto se debe a un mecanismo de adaptación del organismo, capaz de suprimir los efectos de este padecimiento.

Este descubrimiento se hizo público luego de una ardua investigación liderada por la farmacéutica estadounidense Abbott, la cual evaluó a 10 mil 457 voluntarios, originarios de Kinshasa, región que vio surgir la epidemia del Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH) en la década de 1920.

La investigación, llevada a cabo durante 2017 y 2019, consistió en la realización de pruebas serológicas rápidas. Los científicos rastrearon que 429 de las personas positivas al VIH presentaron carga viral negativa, por lo que estimaron que entre el 2.7% y el 4.3% de las personas infectadas en la República Democrática del Congo son potenciales controladores de élite.

“(Esto) indicó que un porcentaje considerable de personas en la cuenca del Congo pueden controlar la infección por VIH, en comparación con lo que se observa a nivel mundial”, destacaron los autores del estudio.

De acuerdo con los representantes de los laboratorios, la supresión de cargas virales en el VIH, sin la ayuda de una terapia para su inhibición, sucede con muy poca frecuencia. Para medir su impacto, los especialistas expusieron que este autocontrol de la enfermedad ocurre sólo en 1% de la población mundial.

En este contexto, los estudiosos sugirieron que la capacidad inusual para controlar la infección por VIH surgió tempranamente en África central y la identificación de este grupo de controladores de élite representa una gran oportunidad para estudiar los mecanismos genéticos de supresión viral. El objetivo principal de este rastreo es el alcance de un mejor entendimiento de la respuesta inmunitaria de los pacientes y el perfeccionamiento del diseño de tratamientos para combatir a la enfermedad.

A este respecto, el epidemiólogo Tom Quinn, director del Centro Johns Hopkins de Salud Global, opinó que “el hallazgo de controladores de élite del VIH en la RDC es importante, teniendo en cuenta que el VIH es una afección crónica de por vida y que normalmente progresa con el tiempo”. Por lo que agregó que “esta alta



frecuencia es inusual y sugiere que está sucediendo algo interesante a nivel fisiológico en la RDC que no es casualidad”.

Estos individuos, denominados como “controladores de élite”, se caracterizan por ser un grupo excepcionalmente raro de personas seropositivas al VIH, capaces de controlar su carga viral del virus a niveles indetectables y sin la ayuda de una terapia antiviral, por lo cual pueden mantenerse en condiciones de salud estables durante 10 años o más.

Los controladores son calificados como tal por contener una carga viral duradera de 50 copias, a través de las que la respuesta de anticuerpos y células T retrasan la progresión de la enfermedad, por lo que tienen menos probabilidad de desarrollar el Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (SIDA).

Para los investigadores es muy importante reconocer qué es lo que ha motivado a la respuesta inmune de estos pacientes congoleños a suprimir la carga viral del VIH, ya que la República Democrática del Congo es una de las regiones que presenta mayor prevalencia -acumulación de casos positivos- de la enfermedad, al representar 11% de los casos mundiales, por lo que es indispensable una respuesta efectiva para controlar el surgimiento de más dolientes.

De acuerdo a estimaciones pasadas, países como Camerún y la República Democrática del Congo albergan todos los subtipos y grupos de VIH (M, N, O, P) como consecuencia de la cercanía existente entre los hábitats de primates no humanos y la de las ciudades y pueblos.

“Estos conocimientos clave sobre la virología y la inmunología del VIH demuestran algunos de los elementos críticos de la inmunidad que se requerirían para la creación de una vacuna protectora contra el virus”, aseguraron los especialistas, en una publicación de “EBioMedicine”.

Michael Berg, investigador asociado en el área de enfermedades infecciosas en Abbott mencionó que “la comunidad de investigación mundial tiene más trabajo por hacer, pero aprovechar lo que aprendimos de este estudio y compartirlo con otros investigadores nos acerca a nuevos tratamientos que posiblemente podrían erradicar el VIH”.

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)

## Informador

### 3 consejos de neurocientíficos para liberarse del dolor de cabeza

03 de marzo de 2021

Todo el mundo experimenta dolores de cabeza. Desde los leves pero punzantes por deshidratación hasta las incapacitantes migrañas, son una queja extremadamente común.

Quizás esto sea especialmente cierto en este momento. La covid-19 puede causarlos, al igual que estar sentado en el escritorio durante demasiado tiempo y no salir de la casa lo suficiente.

Cuando aparecen los dolores de cabeza, la reacción de muchas personas es tomar un analgésico. Y estos pueden funcionar. Pero una mejor solución es investigar las razones, especialmente si sufres con frecuencia tipos similares de dolor de cabeza.

A pesar de que todos conllevan dolor, dónde se sitúa este puede indicarnos qué tipo de dolor de cabeza estamos experimentando. El dolor en la cara y la frente son indicadores del dolor de cabeza relacionado con los senos nasales, mientras que la sensación de un taladro neumático en algún lugar de nuestro cráneo suele ser migraña.

Pero, en última instancia, todos los dolores de cabeza son causados por vasodilatación en la cabeza: el ensanchamiento de los vasos sanguíneos cerca del cerebro. Esto estira los receptores sensoriales en la pared del vaso y sentimos esa sensación como dolor.

Para entender por qué tenemos que pensar en las limitaciones bajo las que trabaja el contenido de nuestra cabeza.

La sangre es tóxica para el tejido cerebral y, por lo tanto, se mantiene separada a través de la barrera hematoencefálica. Si un vaso sanguíneo tiene fugas o se rompe, esto da como resultado una hemorragia y la muerte del tejido cerebral en el que se filtra la sangre.

Entonces, si nuestros vasos sanguíneos se dilatan más allá de los límites aceptables, los receptores sensoriales dispararán señales al cerebro, que interpretamos como dolor.

Los dolores de cabeza son un sistema de alerta temprana. La mejor manera de contrarrestarlos es averiguar sobre qué nos advierten.

### 1. Piensa más allá de tu cabeza

Esto significa pensar más allá de tu cabeza. Sí, el dolor de cabeza se genera en algún lugar de nuestra cabeza, lo sentimos en nuestra cabeza y por eso se llama dolor de cabeza.

Pero el dolor de cabeza es mucho más que eso, por eso estoy fascinada con ellos, los he estudiado durante los últimos 20 años y recientemente publiqué un libro sobre el tema.

Es una calle de doble sentido. La causa de nuestro dolor de cabeza a veces puede provenir de nuestro cuerpo o nuestro comportamiento.

Cuántos tipos de dolores de cabeza hay y qué remedios existen para aliviarlos  
Y, por supuesto, los dolores de cabeza afectan tanto a nuestro cuerpo como a nuestro comportamiento. Si vemos el dolor de cabeza como algo aislado de nuestro cráneo, nunca entenderemos realmente su causa, nuestra experiencia o cómo podemos mitigarlo mejor.

Las personas que padecen migrañas frecuentes entienden esto personalmente y, a menudo, realizan un religioso seguimiento de su ingesta de alimentos y sus actividades, así como del clima, para determinar qué los desencadena.

Pero la persona que sufre un dolor de cabeza normal a menudo está menos en sintonía con las causas de su dolor.

El dolor de cabeza por tensión es un buen ejemplo de cómo funciona esto. Se siente como una ajustada banda apretando tu cabeza con una tonelada de peso encima por si acaso.

Todos somos conscientes de que ocurren en momentos de gran estrés emocional (¿escuela en casa por el confinamiento?), pero también pueden ser causados por el estrés que ponemos en nuestro cuerpo, con una mala postura, por ejemplo, o la recuperación de una lesión.

Ambos implican una sobreactividad de la musculatura alrededor de la cabeza y el cuello, lo que genera una respuesta inflamatoria que involucra prostaglandinas y óxido nítrico, dos químicos que actúan para ensanchar los vasos sanguíneos.

Los productos químicos inflamatorios también activan directamente el nervio trigémino, el más complejo de los nervios craneales y el responsable de la sensación y el movimiento de la cara.

Hacer demasiadas cosas al mismo tiempo, apresurarse tratando de hacer las cosas en menos tiempo y tratar de hacer todo para todo el mundo son indicadores de comportamiento comunes que predicen un dolor de cabeza por tensión. Eso y las acciones que tomamos cuando comienza el dolor.

## 2. Escucha el dolor

Si tienes un dolor en la pierna, es posible que este te impida jugar ese partido de tenis o jugar al fútbol sala. Sabes que, si juegas, podrías hacerte más daño y tu recuperación tomará más tiempo.

Los analgésicos pueden funcionar, pero no siempre son la mejor forma de combatir el dolor de cabeza. GETTY IMAGES

Pero no solemos hacer eso con el dolor de cabeza. Tomamos un analgésico o un antiinflamatorio y seguimos con normalidad a pesar de que nuestros receptores del dolor nos gritan que algo anda mal.

Tomar paracetamol o ibuprofeno servirá para evitar el peligro, reduciendo la inflamación, la dilatación y la percepción del dolor, pero el dolor de cabeza volverá a menos que podamos abordar la causa.

A veces es obvio: si tienes dolor de cabeza sinusal, solo tendrás que esperar a que se le aclaren los senos nasales, por lo que tomar un analgésico o un descongestionante puede ser un buen enfoque, pero a veces nuestra estrategia de afrontamiento puede empeorar las cosas.

Podemos decidir que una botella de vino y una comida para llevar es el tipo de regalo que necesitamos para relajarnos y eliminar el estrés. Pero ambos conducen a la deshidratación, otra causa omnipresente de dolor de cabeza.

El cerebro se compone en un 70% de agua, así que, si tus riñones necesitan alguna prestada para diluir el alcohol o los sales y especias, generalmente proviene de este oasis.

El cerebro pierde agua de tal manera que literalmente pierde volumen, tirando de las membranas que cubren el cerebro y provocando dolor.

## 3. Usa los analgésicos naturales del cerebro

Entonces, ¿qué más podemos hacer? Una forma es apoyarse en el sistema analgésico natural del cerebro y estimular los neuroquímicos asociados con la felicidad (como la serotonina y la oxitocina) y la recompensa (dopamina).

Ubicar el dolor es fundamental para saber qué lo está causando. GETTY IMAGES

Reírse con una comedia, disfrutar de la compañía de un buen amigo o disfrutar de un poco de intimidad con la pareja aumentará estas hormonas en varios grados.

Cada uno bloquea las señales de dolor que provienen del cuerpo, no solo te ayudan a controlar tu dolor de cabeza, sino que también restablecen el equilibrio de los neuroquímicos que eran el mecanismo de su estado emocional alterado.

El conocimiento de que podemos aprovechar nuestro comportamiento y nuestro cuerpo para mantener en equilibrio los neuroquímicos de nuestro cerebro nos brinda una forma de romper el ciclo del dolor de cabeza.

Así que, la próxima vez que tengas un dolor de cabeza cuyas causas no sean evidentemente obvias (no estás enfermo y te mantienes hidratado), echa un vistazo a tu vida y observa qué puedes cambiar.

El dolor, después de todo, está tratando de decirte algo.

\*Amanda Ellison es profesora de Neurociencia de la Universidad de Durham.

Puedes leer el artículo publicado originalmente en The Conversation en inglés.

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)

## **Excélsior**

**Día Mundial de la Audición. En México uno de cada mil niños nace con problemas auditivos: IMSS**

Patricia Rodríguez Calva

03/03/2021

En México uno de cada mil niños nace con algún tipo de problema auditivo, informó el director del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) Zoé Robledo.

Con motivo del Día Mundial de la Audición, que la Organización Mundial de la Salud (OMS) determinó conmemorar -desde 2007- cada tres de marzo, el titular del Seguro Social señaló que es muy importante prevenir los problemas de audición y de sordera en etapa temprana.

Por lo anterior, explicó que al nacer a los bebés se les aplica el tamiz auditivo neonatal y cuando es necesario, se realizan otro tipo de intervenciones, incluso, cirugías para recuperar la capacidad de escuchar.

“Por esto, es importante destacar cómo se pueden prevenir la sordera y los problemas auditivos y atenderlos de manera temprana como lo hacemos en el IMSS... aplicamos el tamiz auditivo neonatal, pero también, cuando se tienen que hacer otro tipo de intervenciones, incluso cirugías, por eso es importante saber y conocer más de esta situación, para diagnosticarla y atenderla”, indicó.

El director del IMSS añadió que también, la sociedad debe estar consciente que el exceso de ruido ambiental en los centros de trabajo, sobre todo en fábricas, impacta en la pérdida de audición, independientemente de la edad.

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)

## La Crónica

### **El mundo desperdició 931 millones de toneladas de alimentos en 2019: ONU**

2021-03-04

Consumidores, minoristas y restaurantes, entre otros, desperdiciaron 931 millones de toneladas de alimentos en 2019, o el 17 % del total de la comida consumible en el mundo, según un nuevo informe del Programa de la ONU para el Medio Ambiente (PNUMA), con sede en Nairobi, y a la organización asociada WRAP.

Esta cantidad equivale en peso a 23 millones de camiones de 40 toneladas completamente cargados y suficientes para dar la vuelta a la Tierra siete veces, detalla el estudio publicado hoy, que busca aunar esfuerzos a fin de reducir a la mitad el desperdicio para 2030 de acuerdo con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) fijados por las Naciones Unidas.

"Si queremos tomarnos en serio la lucha contra el cambio climático, la pérdida de naturaleza y biodiversidad, la contaminación y el desperdicio, las empresas, los gobiernos y los ciudadanos de todo el mundo deben hacer su parte para reducir el malgasto de alimentos", declaró la directora ejecutiva del PNUMA, Inger Andersen.

El llamado "Informe del índice de desperdicio de alimentos 2021", señala el fuerte impacto ambiental, social y económico de esta práctica en los 54 países analizados, y estima que entre el 8 % y el 10 % de las emisiones globales de gases de efecto invernadero están asociadas con alimentos que no se consumen.

Además, la investigación revela que la cantidad de residuos comestibles "per cápita" es muy similar en todos los hogares con independencia de sus ingresos, lo que sugiere que se trata de un "problema global" que afecta por igual a naciones desarrolladas y en desarrollo.

Esto difiere de narrativas anteriores que culpaban del mal uso de alimentos a los consumidores de los países más avanzados y achacaban su desperdicio a deficiencias de producción, almacenamiento y transporte en los países en desarrollo.

A nivel mundial "per cápita" se desperdician 121 kilogramos de alimentos al año, según el estudio, si bien 74 de ellos se origina en los hogares, donde se descarta un 11 % del total de alimentos disponibles.

Con 690 millones de personas afectadas por el hambre en 2019 -un número que se espera aumente drásticamente por la covid-19- y tres mil millones de personas que no pueden pagarse una dieta saludable, los consumidores "necesitan ayuda para reducir el desperdicio de alimentos en el hogar", subraya el informe.

[Ver fuente](#)

[Volver al Contenido](#)