



Shutterstock / Alex Tihonovs

# Nuestro comportamiento continuará siendo clave contra la covid-19

13 junio 2021 21:49 CEST

**María Falcón Romero**

Profesora titular de Medicina Legal y Forense, Universidad de Murcia

**Carmen Rodríguez Blázquez**

Técnico I+D del Centro Nacional de Epidemiología, Instituto de Salud Carlos III

**María João Forjaz**

Investigadora en salud pública, Instituto de Salud Carlos III

**María Romay-Barja**

Investigadora en comportamiento humano y enfermedades infecciosas. Centro Nacional de Medicina Tropical. Instituto de Salud Carlos III, Instituto de Salud Carlos III

**Martina Fernández Gutiérrez**

Profesora Titular de Universidad, Universidad de Cádiz

**Pilar Bas Sarmiento**

Profesora Titular de Universidad, Universidad de Cádiz

A pesar de la evolución positiva de la pandemia en España y a que la vacunación nos va a proporcionar una protección fundamental frente al virus, todavía nos queda camino que recorrer hasta que podamos volver a una completa normalidad. La continua aparición de nuevas variantes del virus puede suponer que tengamos que mantener o retomar algunas de las medidas de salud pública que han mostrado ser más efectivas en la prevención de los contagios. Es probable que la utilización de mascarillas, reducir las reuniones y las restricciones para viajar y asistir a sitios concurridos en espacios cerrados sigan vigentes en el futuro cercano de manera intermitente.

Aunque desde el principio de la pandemia la población española ha mostrado un elevado conocimiento sobre las formas de transmisión, el uso adecuado de las mascarillas y otras medidas preventivas, este no se ha reflejado siempre en su comportamiento.

El conocimiento es fundamental para adecuar el comportamiento a las practicas preventivas recomendadas, pero no es garante.

Cambiar nuestros hábitos y mantenerlos en el tiempo constituye un reto que depende de muchos factores. Quedarnos en casa ha salvado muchas vidas, pero también nos ha pasado factura. Los momentos más duros de los confinamientos han llevado a un aumento de los sentimientos de soledad, estrés y depresión, y han tenido repercusiones sociales y económicas devastadoras. Además, la fatiga pandémica, es decir, la desmotivación para seguir las conductas de protección recomendadas, es un hecho que inevitablemente aumenta cuanto más se alarga la pandemia en el tiempo.

En una situación en la que las medidas no farmacológicas son clave para el control de la transmisión de la enfermedad, estudiar el comportamiento de la población aporta información relevante a la hora de diseñar estrategias de salud y campañas de sensibilización. Ayuda a conocer la adherencia de la población a las medidas implementadas, su grado de aceptación, a identificar factores de riesgo e incluso a valorar el impacto de la información recibida.

Desde hace casi un año, se realiza cada dos meses el estudio COSMO-Spain que, de la mano de la OMS, trata de ayudar a las autoridades sanitarias y a los medios de comunicación, a entender las barreras y posibles facilitadores del comportamiento preventivo, así como las necesidades de información de la población. Esta encuesta, coordinada por el Instituto de Salud Carlos III, se ha ido adaptando a la evolución de la pandemia y a las medidas adoptadas en cada momento.

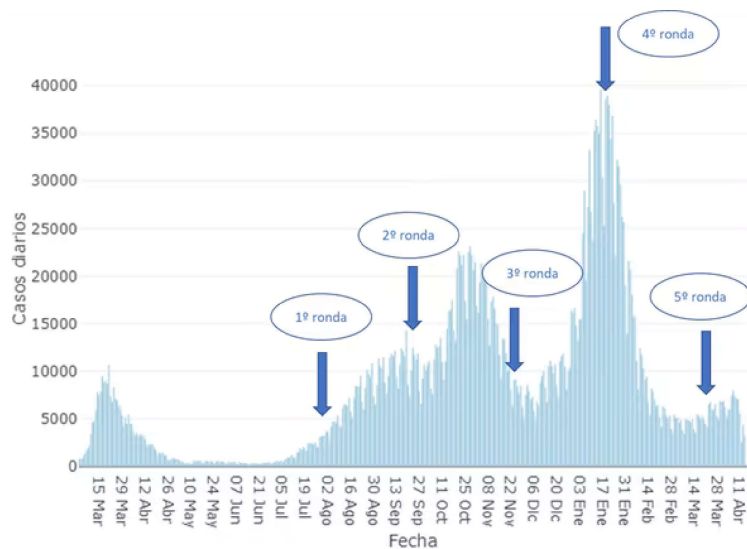


Figura 1: Fecha de las distintas rondas del estudio COSMO-Spain, según la evolución del número de casos de covid-19 en España. Adaptado de Ministerio de Sanidad, Autor provided

Los aspectos psicológicos y emocionales, o la capacidad que cada persona cree que tiene para evitar el contagio, tienen un efecto sobre la respuesta y las conductas preventivas.

Por ejemplo, las personas que tienen más miedo al contagio o que creen que es muy fácil contagiarse, en general adoptan de forma espontánea conductas como la distancia social o el autoconfinamiento. Estos sentimientos han ido evolucionando en el tiempo con el cambio de la situación epidemiológica en España, y en las épocas de mayores picos de incidencia hemos observado mayor sentimiento de miedo y depresión y una menor percepción de que las conductas de uno mismo sirven para algo.

Este estudio nos ha permitido conocer que las personas que más cumplen con las 3M (mascarilla, metros de distancia e higiene de manos) son los mayores de 45 años, con una elevada percepción del riesgo de contagio y de la gravedad de la enfermedad. También, que las personas con mayor nivel educativo son las que tienen más competencias y habilidades para acceder, comprender y aplicar la información relacionada con el coronavirus, y muestran una mayor adherencia a las medidas preventivas.

También hemos observado que la fatiga pandémica ha ido aumentando con el tiempo. Un importante porcentaje de la población española indica sentirse cansado de los debates sobre la covid-19 y estar harto de oír hablar de la pandemia. Sin embargo, este cansancio no ha sido hasta el momento un factor determinante de la relajación de las conductas preventivas.

De forma consistente a lo largo de la pandemia, la información que más confianza genera en la población ha sido la proveniente de los profesionales sanitarios, la OMS y el Ministerio de Sanidad. Aun así, la confianza en la información procedente de la OMS y del Ministerio de Sanidad ha ido gradualmente bajando, alcanzando esta última fuente su nivel más bajo en la tercera ola pandémica, y recuperándose con el descenso de casos desde marzo de 2021.

## **Los españoles aprecian las vacunas**

La intención de vacunarse ha cambiado mucho según ha ido progresando la pandemia. Si en julio de 2020 un 70 % estaba de acuerdo en vacunarse, este número fue bajando hasta cerca del 40 % en noviembre de 2021, para subir al 72-74 % después de la tercera ola de la pandemia, coincidiendo con el inicio de la campaña de vacunación.

Las personas con mayor motivación para vacunarse son los hombres, las que están más preocupadas por la enfermedad y la valoran como más grave, las que confían más en los científicos y las que sienten preocupación por las personas que van sin mascarilla. Los motivos que han dado los encuestados para no querer vacunarse son la falta de información, posibles riesgos para la salud y “prefiero esperar un poco”. A medida que el tiempo pasa, nuevas fuentes de incertidumbre, como la disponibilidad de dosis o el aparente aumento de casos de efectos secundarios de la vacuna, pueden generar reticencia en ciertos sectores de la población.

A medida que va aumentando el porcentaje de población vacunada nos enfrentamos a nuevos retos como los de mantener un cierto nivel de alerta y motivación en la población inmunizada. Para ello, serán necesarias unas buenas campañas de sensibilización basadas en la evidencia y alejadas de la otra pandemia, la pandemia de la desinformación –la llamada “infodemia”–, y el ruido generado por la información incorrecta y los bulos.