

## Nueva normalidad, nueva realidad.

### *New normal, new reality.*

Agustín Zerón\*

La salud es la mayor posesión.  
La alegría es el mayor tesoro.  
La confianza es el mayor amigo.  
Lao-Tsé

El término «nueva normalidad» fue introducido en 2008 para referir a las condiciones económicas que surgieron ante la crisis financiera y gran recesión mundial que tuvo su origen en los Estados Unidos. Hoy, ante la gran pandemia y largo confinamiento por el nuevo coronavirus, se ha retomado una Nueva Normalidad, de la cual incluso existe marca registrada ante el IMPI (Instituto Mexicano de la Propiedad Industrial).

«Normal» es lo que se repite con mayor frecuencia, es un esquema que sirve de norma o una regla social que habrá que seguir regularmente. Lo normal son las características habituales o corrientes que una población, grupo social o familiar deben observar, sin exceder ni adolecer al convertirlos en costumbres. Hoy la Nueva Normalidad del 2020, limitadamente se enfoca en un regreso a las actividades cotidianas bajo un esquema que refuerza el lavado frecuente de manos, el uso de un gel antimicrobiano, el distanciamiento físico (no distanciamiento social) caracterizado por un fenotipo humano cubierto con cubrebocas, mascarillas o caretas. La nueva normalidad no debe acercarse a ningún grado de distanciamiento social, y mucho menos a un aislamiento de las personas. El salir de un confinamiento es para interactuar con respeto hacia los lineamientos sanitarios y, sobre todo, a la responsabilidad para el autocuidado de la salud, simplemente hay que cuidarse para no infectarse. La mejor manera de prevenir la enfermedad es evitar la exposición a este virus.

El largo confinamiento con el distanciamiento físico y social también ha tenido en algunas personas un impacto en la salud mental, parte de la población mundial ha vivido una psicoendemia, situación provocada por el mismo aislamiento (distanciamiento físico), que conlleva a una serie de cambios biológicos (biorritmos) y también conductuales importantes, una actitud en la «nueva normalidad» es cuidarse y adaptarse a la nueva realidad. Pero un tema de mayor discusión es la «picoendemia», que no deja de ser preocupante al elevarse día a día el número de casos infectados y, lamentablemente, los decesos que continúan en ascenso. En México, la curva no se aplanan y la pandemia no se doma, el pico todavía está por llegar. Ahora en esta nueva normalidad, ya son más de nueve millones de contagiados a nivel mundial, y tan sólo en nuestro país, la curva de infectados sigue en aumento, a finales de junio estaremos contando más de 200 mil infectados y más de 30 mil defunciones. El séptimo coronavirus llegó para quedarse, vivirá con nosotros durante muchos años, será otro virus endémico y aprenderemos a convivir con este novel virus zoonótico y, sin duda, deseamos que los coronavirus nos dejen envejecer alejados de un respirador artificial.

Cualquier persona puede contraer la enfermedad, y ante la pregunta de por qué algunas son asintomáticas y otras presentan cuadros leves, mientras que otras desarrollan formas graves de COVID-19, recientemente se han reconocido varios genes con una fuerte asociación entre las variantes genéticas en el tipo de sangre, y en los marcadores de los cromosomas 3 y 9, que podrían expresar mayor gravedad de la enfermedad causada por el SARS-CoV-2.

Existe una variación considerable en el comportamiento de la enfermedad entre los pacientes infectados con el coronavirus y el síndrome respiratorio agudo severo (COVID-19). El análisis de asociación del genoma completo (GWAS-GenomeWide Association Study) puede permitir la identificación de posibles factores genéticos involucrados

\* Especialista en Endoperiodontología. Editor en Jefe de la Revista ADM.



en el desarrollo de la COVID-19. Una de esas regiones, localizada en el cromosoma 3, puede afectar la expresión de genes que favorecerían la entrada del virus con la generación de una «tormenta de citoquinas», causada por una reacción excesiva del sistema inmunitario que termina con lesiones tromboembólicas severas. Una segunda región está en el cromosoma 9, el gen que determina el grupo sanguíneo, donde parece que las personas del grupo tipo-A son más vulnerables comparados con los más resistentes del grupo sanguíneo tipo-O. El grupo de genes *3p21.31* y *9q34.2* son lugares de susceptibilidad en pacientes con COVID-19 y la insuficiencia respiratoria, por lo que se confirma la participación del sistema de grupo sanguíneo ABO en la vulnerabilidad sistémica. Por lo tanto, los científicos consideran que la presencia de estas variantes genómicas predisponen al desarrollo de formas graves de insuficiencia respiratoria durante la infección por el SARS-CoV-2. [https://ikmb.shinyapps.io/COVID-19\\_GWAS\\_Browser/](https://ikmb.shinyapps.io/COVID-19_GWAS_Browser/)

Aunque es cierto que los adultos mayores y las personas con afecciones sistémicas crónicas, como enfermedades cardíacas, pulmonares, obesidad o diabetes, entre otras, tienen mayor riesgo de presentar complicaciones más graves a causa de la COVID-19. También hoy se debe recordar que los virus pueden estar presentes en la boca de pacientes con mala higiene oral. La periodontitis es una enfermedad crónica con influencia sindémica, que puede complicar estados sistémicos existentes, de ahí la importancia de la presencia de comorbilidades en la predisposición a las complicaciones. Las enfermedades periodontales y las enfermedades sistémicas tienen una relación bidireccional.

Ahora estamos ante un coronavirus que ha provocado una gran pandemia por sus características genómicas, será un virus endémico por su capacidad de adaptación, y por su gran virulencia se convierte también en un factor sindémico. La teoría sindémica (sinergia-pandemia) es un neologismo en salud pública, que relaciona a diversas enfermedades concurrentes o secuenciales en una población con interacciones biológicas, que exacerban el pronóstico y carga de las enfermedades no transmisibles y sus probables estados de comorbilidad y morbilidad.

En la nueva normalidad seguiremos trabajando en bocas con millones de microorganismos y virus, bacterias y virus interactuantes que viven en cada rincón de diente y encía, incluso en los espacios postfaríngeos. Una sola gota de saliva puede contener diversas unidades activas de agentes patógenos, por lo que es inminente reducir la carga microbiana antes, durante y después de cada cita con cada paciente. La educación en la medicina personalizada, hoy más que nunca, demuestra la alta eficacia para promover la prevención el control y la contención

del coronavirus. Lavarse bien los dientes y encías, es tan poderoso mensaje, como «lávate las manos frecuentemente», la nueva normalidad debe ser adoptada como una nueva realidad cotidiana.

La nueva realidad abre la posibilidad de identificar personas más vulnerables al desarrollo de la enfermedad grave de COVID-19, con una probable insuficiencia pulmonar u otras lesiones sistémicas que, según sus características genéticas, posibilita a identificar grupos de riesgo que necesiten una mayor protección y un seguimiento especial para diseñar tratamientos personalizados. La telemedicina será un instrumento de seguimiento y mantenimiento con recursos de la inteligencia artificial que, sin lugar a dudas, será esencial en esta nueva realidad.

La nueva normalidad es una serie de nuevos paradigmas de salud, no sólo relacionados con las infecciones o pandemias, la salud global considera modelos biológicos y de desarrollo económico, geopolítico, medioambiental, educativos y laborales, considerando los avances tecnológicos y alcances en las telecomunicaciones, entre otros. La inteligencia artificial y la telemedicina durante la gran pandemia se ha vuelto un gran aliado de atención médica gracias al *Big Data* y herramientas en tiempo real para evaluar condiciones de salud, esto es porque muchas consultas se han podido resolver desde casa, lo que ha ayudado a la menor saturación de los servicios hospitalarios, y por lo tanto, a una reducción estratégica en la propagación del coronavirus. La investigación cualitativa de sistemas de salud y la exploración de valores predictivos favorecen la creación de proyectos interdisciplinarios con nuevas tecnologías en la atención de pacientes de manera segura, efectiva y accesible, permitiendo monitorizar poblaciones a través de códigos QR para establecer semáforos de riesgo personal o poblacional, con información sobre lesiones o enfermedades, y el manejo de citas de control, incluso la posibilidad de realizar pagos de honorarios por consulta o tratamientos con los códigos QR (*Quick Response Code*), que son barras bidimensionales interactivas para rápida referencia.

Hoy en día, la odontología cuenta con tecnologías de vanguardia de clínica virtual para conectarse e interactuar con los pacientes en cualquier momento y desde cualquier lugar. La inteligencia artificial está en nuestras manos, en un *smartphone* o en una *tablet*, con mayor alcance y definición a través de las redes de conexión para monitorizar tratamientos, optimizar consultas antes, durante y después del tratamiento en la nueva realidad virtual y la nueva realidad aumentada (*Figura 1*).

El nuevo regreso ha traído nuevos protocolos y una actualización en los lineamientos de sanidad y estrategias

para la reapertura segura, no muy extraño para los que hemos trabajado con principios de bioseguridad desde hace varias décadas, ahora adicionando medidas de sanidad sustentables, «sanitizado y no satanizado» con estigmas de riesgo biológico.

La nueva realidad requiere reflexionar también en una nueva moralidad, sin ella fácilmente caeríamos en la vieja normalidad. La nueva moralidad nos invita a ser menos egoístas, más solidarios, menos indiferentes, más empáticos, menos inconscientes, más templados, más resilientes, más justos y, prudentemente, ser profesionales más éticos y más humanos.

A esta fecha tres cosas faltan por suceder: descubrir un medicamento, diseñar una vacuna y desarrollar una mayor inmunidad adquirida para iniciar una disminución de contagios, que hoy apenas 1% de la población mundial ha adquirido (Figura 2).

### DECÁLOGO DE LA NUEVA NORMALIDAD

1. El SARS-CoV-2 es el séptimo coronavirus reconocido con capacidad de provocar infecciones graves en el ser humano.
2. El COVID-19 es una enfermedad que puede agravarse con neumonía, síndrome de dificultad respiratoria aguda, sepsis y choque séptico.



**Figura 1:** DeToGo™ ayuda a vigilar de manera cercana y dinámica el progreso del tratamiento, ayudando a mejorar el cumplimiento del paciente, mientras permite a los odontólogos a programar citas de manera más eficiente.



**Figura 2:** La nueva normalidad es más que usar caretas o mascarillas, es aprovechar la inteligencia artificial y la inteligencia emocional para entrar a una mejor y nueva realidad.

3. La mejor manera de prevenir la enfermedad es evitar la exposición a este coronavirus.
4. El coronavirus se transmite por microgotas que salen al toser, estornudar e incluso al hablar.
5. El coronavirus puede entrar fácilmente al tocarse ojos, nariz y boca.
6. Hay que lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón por lo menos durante 20 segundos.
7. Usar un desinfectante de manos que contenga al menos 60% de alcohol, frotándolas hasta que se sequen.
8. Evitar el contacto cercano con personas enfermas, aun dentro de la misma casa, recordando que una persona asintomática también puede transmitir el virus.
9. Cubrir boca y nariz con una mascarilla, al usarla ayuda a proteger a los demás y a uno mismo.
10. Limpiar y desinfectar diariamente todas las cosas que se tocan frecuentemente, como manijas, grifos, interruptores, inodoros, incluso teclados y teléfonos celulares.

Por nuestra parte, en la odontología se desarrollan procedimientos de bioseguridad e innovación que se refuerzan en la protección del paciente y de todo el personal. La bioseguridad dentro del consultorio odontológico, incluyendo áreas comunes y control de infección enfocado al coronavirus se explican detalladamente en las Guías de la CDC. *Interim Infection Prevention and Control Guidance for Dental Settings During the COVID-19 Response*. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/dental-settings.html>

## DECÁLOGO DE LA NUEVA REALIDAD EN ODONTOLOGÍA

1. El coronavirus SARS-CoV-2 es un patógeno más en la historia de las enfermedades.
2. El COVID-19 es una enfermedad viral infecciosa que produce un síndrome respiratorio.
3. La transmisión del virus es a través de fluidos y gotitas de *Flügge*.
4. El coronavirus se puede encontrar en la saliva y en las mucosas de la cavidad oral.
5. Los bioaerosoles pueden expandir al virus y otros microorganismos patógenos.
6. La cavidad oral contiene millones de microorganismos y centenares de patógenos que viven organizados en el biofilm oral.
7. Los patógenos del biofilm producen disbiosis, y un estrés oxidativo potencializa el daño sistémico.
8. Las enfermedades periodontales pueden ser comorbilidades de enfermedades crónicas.
9. La prevención primaria evita el inicio y progresión de una lesión, y la odontología mínimamente invasiva es de menor riesgo de expansión de patógenos.

10. Una boca sana es un cuerpo sano, la salud oral es salud global. El odontólogo es la piedra angular en el cuidado de la salud, en la prevención de enfermedades periodontales y caries, así como en complicaciones sistémicas y comorbilidades entre pacientes COVID-19.

En este número tenemos cinco artículos relacionados al coronavirus y la enfermedad COVID-19: *El miedo es contagioso. Menoscabos por una pandemia, Conocimiento y preparación de los odontólogos mexicanos ante la pandemia, Propuesta del modelo para control de infecciones en la consulta odontológica ante la pandemia, Lineamientos de bioseguridad utilizados en las clínicas dentales durante la pandemia y Generalidades, manejos, cuidados y manifestaciones clínicas del SARS-CoV-2.* Y lo complementan 1. *Consideraciones para el manejo de un implante inmediato en alvéolos infectados*, 2. *Síndrome de Gorlin-Goltz. Diagnóstico molecular, nuevos tratamientos* y 3. *Conformación de pónico E en sector anterior.*

### Correspondencia:

**Dr. Agustín Zerón**

**E-mail:** [periodontología@hotmail.com](mailto:periodontología@hotmail.com)

[www.medigraphic.org.mx](http://www.medigraphic.org.mx)