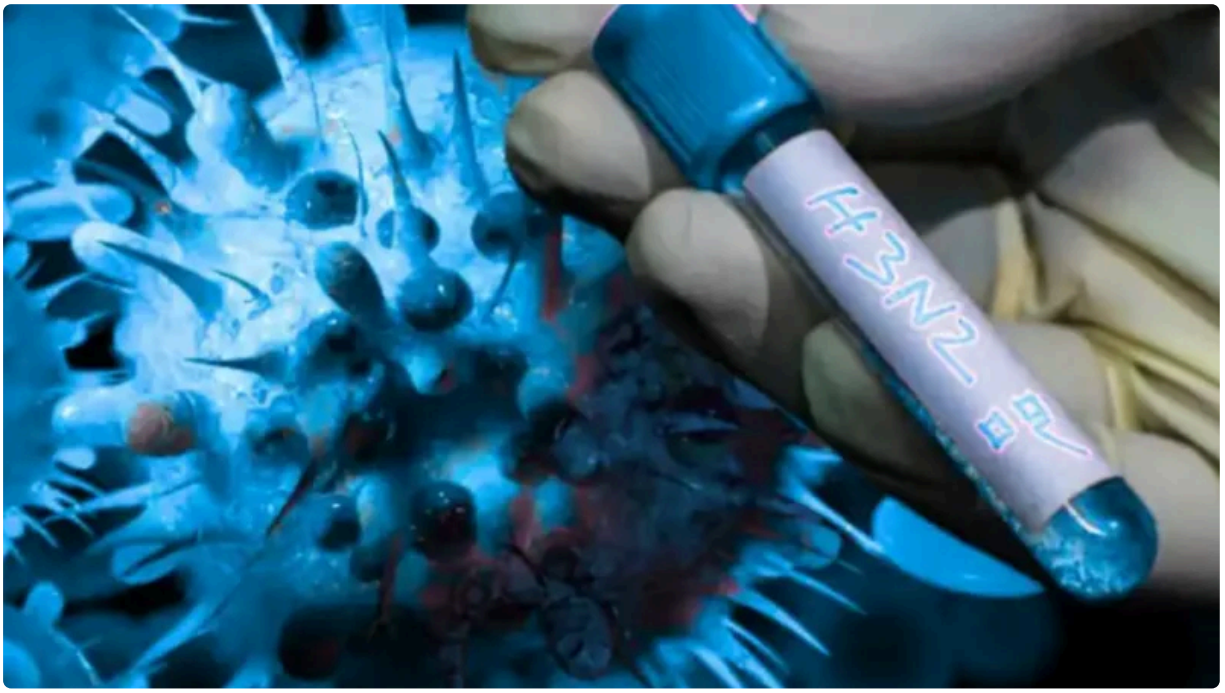
OPINIÓN

Ciencia, Estado y la falsa "super gripe" H3N2

Por Juan Manuel Lira · 22 de diciembre de 2025 · 5 min de lectura



En la era de la posverdad, los virus viajan a dos velocidades: la biológica, que se mueve al ritmo del contacto humano, y la digital, que se propaga a la velocidad del algoritmo, alimentada en muchas ocasiones por el miedo.

Durante las últimas semanas, la conversación pública en México ha sido secuestrada por la supuesta amenaza de un nuevo virus llamado la "super gripe", un neologismo mediático carente de rigor clínico que ha servido más para vender clics que para proteger a la ciudadanía.

Lo primero que debemos establecer con absoluta claridad es que México no se encuentra ante el umbral de una nueva emergencia sanitaria catastrófica. La narrativa que sugiere un colapso inminente por una "nueva amenaza" es falsa.

El virus que hoy nos ocupa, la influenza A(H3N2), no es un enemigo desconocido emergido de la nada; es, en realidad, un viejo conocido de la virología moderna. Este linaje es descendiente directo del virus que provocó la pandemia de Hong Kong en 1968 y, desde entonces, ha cohabitado con la humanidad, evolucionando estacionalmente.

La aparición de la variante K (técnicamente variante J.2.4.1) no responde a una estrategia del patógeno para volverse un "asesino" más letal, sino a un mecanismo básico de supervivencia darwiniana. El virus modifica su "disfraz" molecular -específicamente en la proteína hemaglutinina- para intentar evadir nuestros anticuerpos y seguir existiendo.

Este fenómeno, conocido como deriva antigénica, es esperado y monitoreado por las redes de vigilancia epidemiológica global. No estamos ante un salto biológico impredecible, sino ante el curso habitual de la naturaleza.

Es fundamental contrastar el ruido de las redes sociales con la contundencia de los datos científicos. Si bien la circulación general del H3N2 representa el 16.2% de los casos de influenza en la temporada, la inmensa mayoría sigue siendo H1N1, y la curva epidémica se comporta dentro de los parámetros esperados para el invierno. Aunque se estima que para los meses de enero y febrero esta variante K sea la que predomine por arriba de la H1N1 ya que es más contagiosa.

Tal como se ha observado en países europeos o asiáticos. No hay terapias intensivas desbordadas por esta variante, ni un exceso de mortalidad anómalo. La rectoría del Estado en materia de salud está funcionando: vigila, detecta y comunica.

Sin embargo, la desinformación ha intentado golpear donde más duele: la confianza en la vacunación. Se ha diseminado la falacia de que los biológicos adquiridos por el Gobierno de México son "obsoletos" ante esta variante. Nada más alejado de la realidad inmunológica. Si bien existe un "desajuste" menor que podría permitir la infección leve (fiebre o malestar), la vacuna disponible en el sector público cumple cabalmente su función primordial: evitar la enfermedad grave y la muerte.

La vacuna no es un escudo impenetrable contra el contagio superficial, pero es una armadura robusta para nuestros pulmones. Entrena a nuestras células inmunológicas para reconocer al virus y evitar que una gripe se convierta en una neumonía fatal.

Desacreditar la Campaña Nacional de Vacunación con argumentos pseudocientíficos es un acto de irresponsabilidad cívica que atenta contra la vida de los más vulnerables. El Estado Mexicano ha garantizado el abasto no solo de vacunas, sino de tratamientos antivirales como el Oseltamivir en la red de atención primaria, asegurando tratamientos oportunos.

Estamos ante un desafío que requiere corresponsabilidad. La política pública pone los insumos, pero la ciudadanía pone el brazo y la conciencia. La "super gripe" no se combate con compras de pánico en farmacias, sino con una cultura preventiva.

El llamado es claro: si usted pertenece a un grupo vulnerable —mayores de 60 años, infancia temprana, personas con comorbilidades— la vacunación es un imperativo de autocuidado.

En vísperas de terminar este año 2025 y en estas fechas tan significativas, a menudo nos deseamos "felicidad" y "prosperidad" como conceptos abstractos, casi como un trámite social. Hoy, quisiera proponerles un deseo distinto, más tangible.

Les deseo salud, no como un brindis vacío, sino como un acto de amor colectivo. En tiempos donde el individualismo nos invita a salvarnos solos, cuidar nuestra salud para no contagiar al otro es el acto más humano que podamos darnos como sociedad.

Que, en estas fiestas el mejor regalo no sea el que se compra en una tienda, sino la certeza de estar presentes, sanos y completos en la mesa. Que celebremos la vida cuidando la de quienes se sientan a nuestro lado, si estás en lugares cerrados con mucha gente o tienes un cuadro gripal, utiliza un cubrebocas.

México cuenta con la infraestructura, el abasto y la ciencia para transitar este invierno. No permitamos que el virus del miedo sea más contagioso que la propia biología. Nos leemos en el 2026, con la esperanza intacta y, sobre todo, con la salud protegida.

Publicado en Punto de Referencia. Dirección original: https://puntodereferencia.mx/opinion/ciencia-estado-y-la-falsa-super-gripe-h3n2
Descargado el 21 de noviembre de 2026.