

COVID persistente



ORGANIZACIÓN COLEGIAL DE ENFERMERÍA

Personas afectadas por COVID

Más de 3.600.000

Casos confirmados en España



Más de 52 millones

Casos confirmados en Europa



Más de 167 millones

Casos confirmados en el mundo



Entre el 10% y el 20% de las personas que han sufrido COVID-19 continúan con síntomas pasadas 4-12 semanas de la infección. En España, podrían ser más de **500.000 afectados**

Definición

Complejo sintomático multiorgánico que afecta a pacientes que han padecido COVID-19 (con diagnóstico confirmado o sin confirmación analítica) y que permanecen con síntomas tras la fase aguda de la enfermedad. Los efectos prolongados son aquellos que persisten más de 4 semanas después del diagnóstico. Los síntomas propios de la enfermedad permanecen con la misma intensidad e incluso pueden aparecer nuevos.



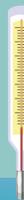
¿Qué lo causa y a quién afecta?

- Actualmente, no hay factores de riesgo claros y pueden ocurrir aunque los síntomas hayan sido leves.
- Aunque el COVID-19 daña principalmente a los pulmones, puede afectar a otros órganos y esto puede aumentar el riesgo de efectos prolongados.
- Algunos estudios clínicos y epidemiológicos señalan factores de riesgo previo, pero no existe suficiente evidencia.



Síntomas y efectos a largo plazo

Fatiga, dificultad para respirar, tos, dolor en las articulaciones, muscular, en el pecho, de cabeza y fiebre intermitente. Los síntomas empeoran después de actividades físicas o mentales.



Problemas de salud mental

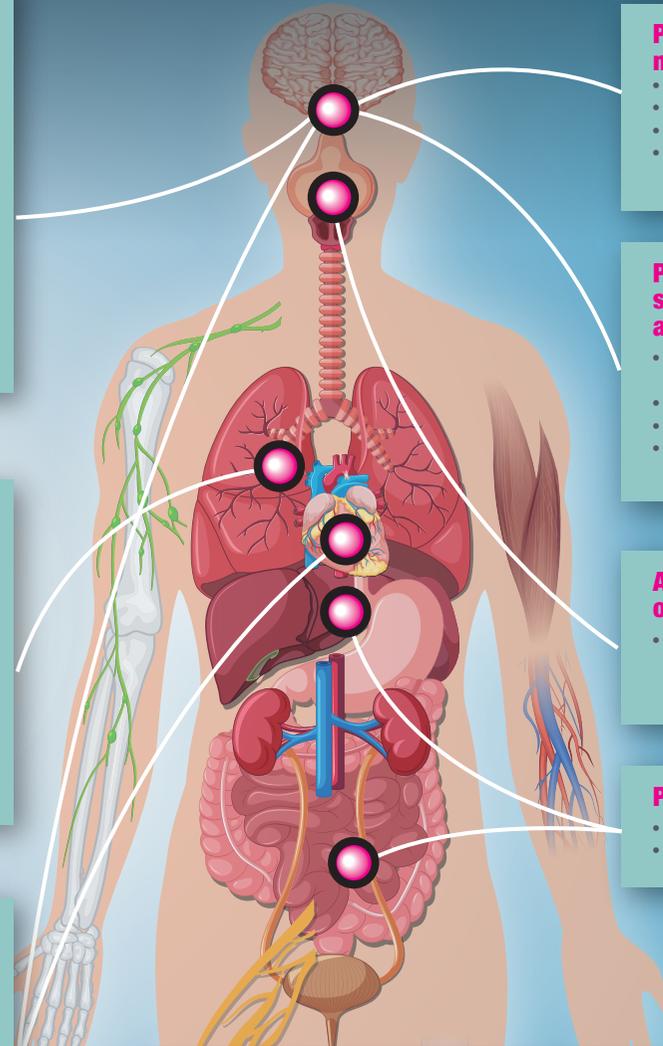
Las personas tratadas en UCIs, por el mero hecho de sobrevivir a esta experiencia, pueden ser más propensas a sufrir síndrome de estrés postraumático, depresión o ansiedad, estrés por pérdida de trabajo, dolor por la muerte de familiares y pérdida de calidad de vida y salud. Desarrollo del síndrome de fatiga crónica, que empeora con la actividad física o mental y no mejora con el descanso.

Problemas respiratorios

Las infecciones leves pueden provocar también falta de aire persistente incluso con esfuerzos leves. La función pulmonar afectada durante meses es consecuencia de daños más duraderos en los alvéolos de los pulmones y el tejido cicatricial resultante puede provocar problemas respiratorios a largo plazo.

Problemas cardíacos y circulatorios

- Inflamación del músculo cardíaco continua (60% de las personas), palpitaciones, latidos cardíacos rápidos.
- Formación de coágulos y problemas en los vasos sanguíneos, que pueden causar ataques al corazón, derrames cerebrales, afectar también a los pulmones, las piernas, el hígado y los riñones.



Problemas neurológicos

- Fatiga
- Dolores de cabeza
- Mareos
- Dificultad para concentrarse

Problemas del sistema nervioso autónomo

- Síndrome de taquicardia ortostática postural (POTS)
- Insomnio
- Confusión mental
- Pérdidas de memoria a corto plazo

Alteraciones del olfato y el gusto

- Falta de apetito (60-80% de posibilidades de recuperar el olfato en un año)

Problemas digestivos

- Diarrea
- Reflujo

Recomendaciones de cuidados para la población en general

- Prevenir la infección
- Vacunación
- Consultar a los profesionales sanitarios de referencia cualquier síntoma para descartar otras afecciones
- En caso de infección:
 - Ejercicios respiratorios
 - Monitorizar saturación de oxígeno

