

Puntos de conversación: Comprendiendo el COVID persistente

- **Los [síntomas](#) comunes del COVID-19 persistente incluyen fatiga, dificultad para respirar, dificultad para concentrarse, y cambios en los sentidos del gusto y el olfato.**
 - Los científicos todavía están aprendiendo sobre el impacto del COVID-19 a largo plazo y lo que causa el desarrollo de estos problemas.
 - Un [estudio](#) reciente descubrió que las personas con infecciones previas por COVID-19 tienen más de un 60% de probabilidades de desarrollar un problema cardíaco.
 - Los síntomas del COVID persistente varían y pueden aparecer inmediatamente después de la infección o meses después. Las personas que experimentan una infección leve o asintomática siguen corriendo el riesgo de desarrollar síntomas a largo plazo.
 - Un [estudio](#) reciente descubrió cuatro factores que pueden estar asociados con el COVID persistente: niveles elevados de ARN viral en las primeras etapas de la infección, la presencia de ciertos autoanticuerpos (anticuerpos que atacan por error los propios tejidos del organismo), la reactivación del virus de Epstein-Barr y tener diabetes de tipo 2.

- **Si usted tiene COVID persistente, considere la posibilidad de buscar tratamiento, unirse a un grupo de apoyo o solicitar beneficios por discapacidad.**
 - Acuda a un médico o terapeuta para tratar los síntomas. Los ejercicios de respiración, la fisioterapia, los medicamentos y otros tratamientos pueden mejorar la salud. También hay formas de lidiar con [la fatiga](#) del COVID persistente.
 - [Las clínicas de atención post-COVID](#) y los [médicos](#) con experiencia en el tratamiento de los trastornos autonómicos que se observan comúnmente en el COVID persistente pueden proporcionar información valiosa.
 - Únase a comunidades online como [Body Politic](#) y [Long COVID Support Group](#) para obtener más apoyo y asesoramiento.
 - Las personas que experimentan COVID persistente también pueden calificar para protecciones y beneficios [por discapacidad](#), aunque el proceso para hacerlo puede ser complicado.
 - La falta de conocimiento sobre el COVID persistente puede llevar a los profesionales de la salud a descartar a los pacientes o a diagnosticar erróneamente los síntomas, pero es clave reconocer y validar a los pacientes que experimentan estas condiciones de salud crónicas.

- **La mejor manera de evitar el COVID persistente es previniendo la infección en primer lugar.**
 - Vacunarse y recibir la dosis de refuerzo reduce el riesgo de COVID persistente al disminuir la posibilidad de una infección en primer lugar.
 - Sin embargo, en el caso de las infecciones en personas vacunadas, [los estudios](#) sugieren que la vacunación podría reducir solo a la mitad el riesgo de contraer COVID persistente o no tener ningún efecto.
 - Incluso para las personas con bajo riesgo de desarrollar una enfermedad grave o muerte por el virus, el COVID persistente sigue siendo una preocupación y podría tener consecuencias que cambien su vida.

Preguntas frecuentes sobre el COVID persistente

1. ¿Qué causa el COVID persistente y que hace que las personas sean más susceptibles?

Los científicos siguen tratando de averiguar las causas del COVID persistente. Un [estudio](#) reciente descubrió cuatro factores que pueden estar asociados con el COVID persistente: niveles elevados de ARN viral en las primeras etapas de la infección, la presencia de ciertos autoanticuerpos (anticuerpos que atacan por error los propios tejidos del organismo), la reactivación del virus de Epstein-Barr y tener diabetes de tipo 2. Estos hallazgos nos indican que, en algunos casos, el organismo puede seguir luchando contra los restos del virus, lo que altera el sistema inmunitario. En otros casos, el virus puede desencadenar una respuesta autoinmune que hace que el cuerpo ataque por error sus propios tejidos u órganos.

También hay mucha incertidumbre en torno a lo que hace que las personas sean susceptibles a sufrir de COVID persistente. Los síntomas prolongados no se limitan a las personas que se enfermaron gravemente como consecuencia de la infección por COVID-19. Las personas que solo estuvieron levemente enfermas o eran asintomáticas también han informado que han experimentado efectos persistentes en su salud. Algunos datos muestran que las mujeres se ven más afectadas que los hombres, especialmente las de mediana edad. Los niños tampoco están exentos de los riesgos del COVID persistente, aunque tienen un riesgo mucho menor en comparación con los adultos.

2. ¿Son eficaces las vacunas para prevenir el COVID persistente?

En el caso de una infección en personas vacunadas, [los estudios](#) sugieren que la vacunación podría reducir solo a la mitad el riesgo de contraer COVID persistente o no tener ningún efecto. Sin embargo, las vacunas reducen la posibilidad de infectarse en primer lugar, que es la mejor manera de evitar el riesgo del COVID persistente. Estar vacunado y con la dosis de refuerzo, así como utilizar otras medidas de salud pública como las mascarillas y la sanitización, siguen siendo las formas más confiables para protegerse contra el COVID persistente.

3. ¿Dónde puedo buscar tratamiento para los síntomas prolongados?

Dado que las causas del COVID persistente siguen siendo un gran misterio para nosotros, puede ser un reto encontrar un tratamiento específico para sus condiciones. El primer paso sería acudir a un médico o terapeuta para trabajar en el tratamiento de sus síntomas. También puede considerar la posibilidad de acudir a una [clínica de atención post-COVID](#) o a un [médico](#) con experiencia en el tratamiento de los trastornos autonómicos, que se observan con frecuencia en pacientes con COVID persistente. Los grupos de apoyo y los centros de recursos en línea pueden ser buenos lugares para buscar consuelo y consejos, como [Body Politic](#), [Long COVID Support Group](#) y [Long COVID Alliance](#). Otra medida que puede tomar para hacerle frente a los síntomas prolongados es solicitando beneficios por incapacidad. [Aquí](#) están las orientaciones federales sobre el COVID persistente como una discapacidad.