



## Puntos de conversación: Abordar el COVID persistente

- **Visite a su médico de atención primaria si experimenta síntomas pos-COVID.**
  - Su médico de atención primaria puede descartar otras posibles causas de sus síntomas y referirlo a los especialistas adecuados.
  - Para las personas que no tienen seguro médico, los [centros de salud comunitarios](#) ofrecen servicios gratuitos o de bajo costo, incluyendo la atención de un médico primario.
  - Puede pedirle a su médico que lo refiera a un especialista o una clínica de COVID prolongado. Hay [centros de atención pos-COVID](#) en casi todos los estados, pero pueden tener una larga lista de espera o exigir una prueba de PCR positiva.
  - Utilice [esta lista de verificación](#) para prepararse para sus citas. Es importante que lleve un resumen de cuándo tuvo COVID-19, cuándo empezaron sus síntomas de COVID persistente y cómo estos afectan su vida diaria.
- **Aproveche los servicios para discapacitados y los grupos de apoyo.**
  - La Ley para Estadounidenses con Discapacidades considera que el COVID persistente es una discapacidad si sus síntomas limitan sustancialmente al menos una actividad importante de la vida diaria.
  - Si este es su caso, considere la posibilidad de solicitar el [Seguro de Incapacidad del Seguro Social](#).
  - Si sus síntomas están afectando su capacidad para trabajar, considere la posibilidad de preguntar a RR.HH. o a su jefe sobre la [Ley de Ausencia Familiar y Médica](#) y el seguro de incapacidad a corto y largo plazo.
  - Comunidades como el [grupo de ayuda para personas con COVID-19](#) de Body Politic y el [proyecto de defensa de personas que padecen COVID-19 persistente](#) C-19LAP pueden proporcionar apoyo emocional y consejos prácticos para controlar los síntomas.
- **Evitar el contagio es la mejor manera de prevenir los síntomas de COVID persistente.**
  - Todavía hay mucho que desconocemos sobre el COVID persistente y sus síntomas, razón por la cual la atención y el tratamiento pueden ser limitados y de difícil acceso.
  - Los datos han [demostrado](#) que el COVID persistente es un riesgo incluso para las personas que experimentan un caso leve de COVID-19.
  - Algunos datos preliminares sugieren que tanto [las vacunas de ARNm](#) como el [Paxlovid](#) ayudan a disminuir el riesgo de desarrollar COVID persistente, aunque se necesitan más investigaciones para confirmar estos hallazgos.
  - Tenga cuidado con los tratamientos alternativos para el COVID-19 o el COVID persistente, como la ivermectina, cuya eficacia no está demostrada o incluso pueden ser perjudiciales.



## Preguntas frecuentes sobre cómo abordar el COVID persistente

### 1. ¿Qué es el COVID persistente o prolongado y cómo lo puedo prevenir?

El COVID persistente o prolongado es una enfermedad crónica causada por la infección con el virus del COVID-19. Los pacientes de COVID persistente pueden experimentar síntomas duraderos y potencialmente debilitantes como confusión cerebral, dificultad para respirar, fatiga, pérdida del gusto y el olfato, etc. Todavía hay mucho que desconocemos sobre la enfermedad y sus síntomas, por lo que puede resultar difícil encontrar atención y tratamiento. Entonces, si quiere prevenir el COVID persistente, lo mejor que puede hacer es evitar el contagio. Cualquiera es susceptible a desarrollar síntomas de COVID persistente tras la infección, no solo las personas hospitalizadas o con alto riesgo de enfermedad grave.

### 2. Creo que tengo COVID persistente. ¿Qué debo hacer?

En primer lugar, es importante que lleve un registro de sus síntomas pos-COVID y de cómo afectan su vida cotidiana. Este registro ayudará a los médicos a averiguar cuál es el problema y cómo tratarlo. Si tiene síntomas de COVID persistente, acuda a su médico de atención primaria o a un [centro de salud](#) comunitario si no tiene seguro médico. Esta visita a su médico de atención primaria puede ayudarle a descartar otras posibles causas de sus síntomas y también a obtener una remisión a los especialistas adecuados. Puede pedirle a su médico que lo refiera a un especialista o una clínica de COVID persistente. Hay [centros de atención pos-COVID](#) en casi todos los estados, pero pueden tener una larga lista de espera o exigir una prueba de PCR positiva.

### 3. ¿Cómo puedo conseguir que el seguro cubra la atención médica por COVID persistente?

Si tiene seguro médico a través de su empleador, Medicare o Medicaid, es probable que su cobertura para la atención por COVID persistente [sea bastante completa](#). Dependiendo de su plan de seguro, es posible que deba obtener una remisión de su médico de atención primaria antes de ver a un especialista o tenga que ver a un especialista que pertenezca a la red. Si no tiene seguro, puede analizar la posibilidad de inscribirse en Medicaid o de obtener [un seguro de incapacidad](#), ya que se considera que el COVID persistente es una incapacidad si sus síntomas limitan sustancialmente al menos una actividad importante de la vida diaria. Si sus síntomas están afectando su capacidad para trabajar, puede preguntar a RR.HH. o a su jefe sobre la [Ley de Ausencia Familiar y Médica](#) y el seguro de incapacidad a corto y largo plazo. Además, en todo el país hay centros de salud comunitarios donde cualquiera puede obtener atención gratuita o a bajo costo.