

Lo que usted debe saber el COVID persistente

Tantos como 23 millones de personas en los Estados Unidos pueden tener síntomas de COVID persistente. Muchos desconocen que sus síntomas han sido provocados por una infección de COVID-19.

El COVID persistente es real. Las organizaciones comunitarias como la suya tienen una oportunidad única de compartir información sobre ello con los profesionales de la salud comunitaria y otras personas de la comunidad. Usted también puede ayudarnos a saber más sobre el COVID persistente animando a las personas de su comunidad a participar en los estudios de investigación.

¿Qué es el COVID persistente?

El COVID persistente se define como los signos, síntomas y afecciones que continúan o se desarrollan después de la infección inicial por SARS-CoV-2 (el virus que causa COVID-19).

El COVID persistente también se puede llamar:

- COVID-19 a largo plazo
- Afecciones post-COVID-19
- COVID-19 crónico
- PASC, o secuelas post-agudas del SARS-CoV-2



Aproximadamente 1 millón de personas están desempleadas en un momento dado debido a COVID persistente.

Afecta a las personas durante semanas, meses o incluso más tiempo después de tener COVID-19. Las personas pueden tener dificultad para llevar a cabo las actividades diarias debido a sus síntomas. Aproximadamente 1 millón de personas están fuera de la fuerza de trabajo en un momento dado debido al COVID persistente.

¿Cuáles son los síntomas comunes?

Los síntomas pueden:

- Comenzar poco después de la infección o después de haberse recuperado de COVID-19
- Aparecer y desaparecer
- Ser diferentes a los síntomas del COVID-19
- Desaparecer con el tiempo

Algunas personas que no se sintieron enfermas cuando se infectaron por primera vez igualmente pueden desarrollar COVID persistente.

Los síntomas comunes de COVID persistente

Preocuparse demasiado o sentirse muy triste

Sensación de debilidad y cansancio

Fiebre

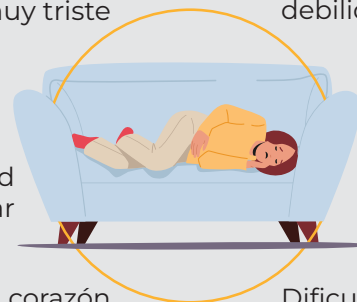
Dolor de cabeza

Dificultad para respirar

Dificultad para pensar

Latidos del corazón rápidos o fuertes

Dificultad para dormir



reconocer y manejar. Estos síntomas incluyen cansancio o fatiga, confusión mental y, ansiedad, entre otros. También es posible experimentar una combinación de enfermedades y síntomas. Hasta el momento, no se conoce ningún tratamiento para el COVID persistente.

Lo que usted debe saber el COVID persistente

¿Quién tiene más probabilidades de tener COVID persistente?

Los científicos están trabajando para responder esta pregunta. Creen que las personas tienen más riesgo si:



Han padecido de COVID-19 grave, por ejemplo, si estuvieron muy enfermos y fueron hospitalizados.



Tenían otros problemas de salud, como diabetes o una afección pulmonar, antes de contraer COVID-19.



No se vacunaron contra el COVID-19.

¿Se considera el COVID persistente una discapacidad?

Sí, el COVID persistente puede ser una discapacidad según las leyes federales de derechos civiles. Una persona con COVID persistente tiene una discapacidad si sus síntomas limitan sustancialmente una o más actividades importantes de la vida, algunas de las cuales incluyen caminar, estar de pie, concentrarse, pensar, comunicarse o trabajar. Las leyes federales protegen a las personas con discapacidad de la discriminación por parte de los empleadores, las escuelas y los proveedores de atención médica. **La guía de discapacidad por COVID persistente** (en inglés) está disponible a través del Departamento de Salud y Servicios Humanos.

¿Cómo se puede prevenir el COVID persistente?

La mejor prevención es evitar contraer COVID-19 en primer lugar. La vacunación disminuye las posibilidades de contraer COVID-19 y luego COVID persistente. Las personas también deben tomar otras medidas para evitar el COVID-19, como usar mascarilla en interiores en áreas con altos niveles comunitarios de COVID-19 según los CDC.



Los proveedores de salud pueden hacer la diferencia hablando con la gente sobre el COVID persistente.

Si alguien cree que puede tener COVID persistente, es importante:

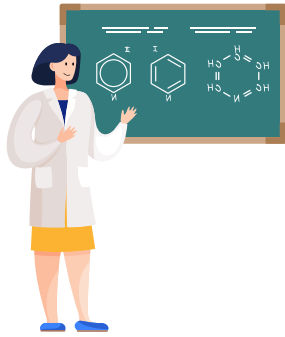
- **Reconocer** la importancia de sus síntomas y validar sus experiencias. Los síntomas del COVID persistente pueden ser frustrantes y confusos, incluso para los pacientes y los médicos experimentados. A algunas personas con COVID persistente les preocupa que el personal médico no les crea.
- **Anime** a otros a hablar con un proveedor de atención médica sobre sus síntomas. Si bien no existe una prueba o tratamiento específico para el COVID persistente, otras pruebas pueden ayudar a los proveedores a entender los síntomas específicos. Pudieran haber opciones de tratamiento que ayuden a controlar los síntomas.
- **Ayudar** a las personas a prepararse para hablar del COVID persistente recordándoles que incluyan detalles como:
 - Una breve historia de su experiencia con el COVID-19 y el COVID persistente
 - Medicamentos que toman
 - Preguntas que pueden tener

Busque **más información sobre los servicios y el apoyo** para el COVID persistente (en inglés)

Lo que usted debe saber el COVID persistente

Investigación sobre el COVID persistente

Los voluntarios pueden ayudar a los científicos a comprender el COVID persistente

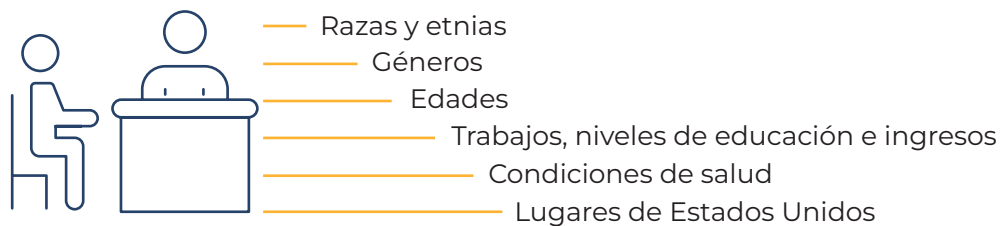


La iniciativa de Investigación sobre el COVID para Mejorar la Recuperación (RECOVER, por las siglas en inglés de Researching COVID to Enhance Recovery) busca entender, prevenir y probar posibles tratamientos para el COVID persistente. RECOVER quiere aprender a entender cuántas personas tienen COVID persistente, quiénes están en riesgo y por qué algunas personas se recuperan y otras no.

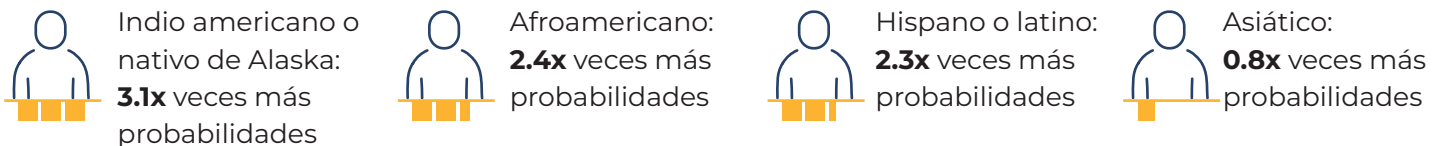
Cualquier persona puede ayudarnos a aprender más sobre el COVID persistente ofreciéndose como voluntario para participar en los estudios de investigación de RECOVER. Esto incluye a las personas con COVID persistente, así como a las personas que actualmente tienen COVID-19, las personas que tuvieron COVID-19 en el pasado y las personas que nunca han tenido COVID-19. Recovercovid.org/es/ tiene más información sobre cómo unirse a los estudios.

La diversidad en la investigación del COVID persistente

Es importante que personas de todos los ámbitos participen en la investigación. Para comprender mejor cómo afecta el COVID persistente a las distintas personas, los estudios deben incluir voluntarios de diferentes:



Es especialmente importante que las comunidades de minorías raciales y étnicas participen en esta investigación. Todos los grupos de personas que aparecen a continuación tienen más probabilidades que los blancos de necesitar ir a un hospital por condiciones de salud relacionadas con el COVID-19.



Dado que estas comunidades de minorías raciales y étnicas se han visto muy afectadas por el COVID-19, también pueden tener más riesgo de contraer COVID persistente.

Otras personas pueden tener más riesgo de contraer COVID persistente debido a las mismas circunstancias o desigualdades de salud que las ponen en alto riesgo de contraer COVID-19. Estos grupos incluyen:



Adultos mayores



Personas con discapacidades



Personas con bajos ingresos

Lo que usted debe saber el COVID persistente

Aportar las voces de la comunidad a la investigación del COVID persistente

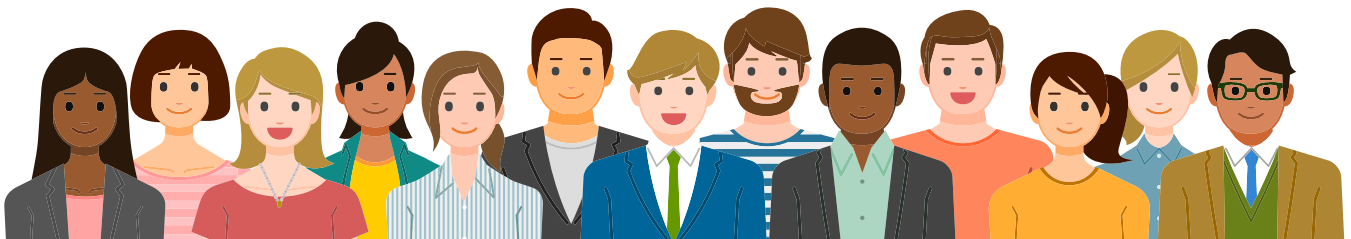
La Iniciativa RECOVER valora las perspectivas de los pacientes, los cuidadores y los miembros de la comunidad. Los comentarios de personas de todo el país han dado forma a la investigación RECOVER desde el principio y siguen dando forma a las actividades y comunicaciones de la Iniciativa. RECOVER quiere escuchar a más personas sobre sus experiencias, aunque no participen directamente en los estudios. **Comuníquese con RECOVER** para compartir y alentar a otras personas a hacer lo mismo.

Comparta cómo los voluntarios de investigación están más protegidos que nunca

La desconfianza y otros obstáculos a la participación han impedido que muchas personas, incluidas las de las comunidades más afectadas por la pandemia, se ofrezcan como voluntarios para estudios de investigación. Aunque haya desconfianza - debido a injusticias históricas y exclusiones de la investigación en el pasado -- incluir a personas de todas las comunidades es muy importante. Nos proporciona una mejor información sobre cómo funcionan los medicamentos o las vacunas para las distintas personas. **Hoy en día, los derechos y el bienestar de los voluntarios están protegidos cuando se presentan como voluntarios para un estudio de investigación.**

Los investigadores tienen la obligación de proteger la información personal, pero no pueden reducir los riesgos a cero. Todos los estudios financiados por el gobierno estadounidense, incluido RECOVER, tienen varios grupos que vigilan la investigación. Cada estudio pasa por una cuidadosa revisión en cada fase: antes, durante y después. Estas revisiones incluyen a revisores independientes, algunos de ellos pacientes, que son independientes de las personas que realizan los estudios y hacen de la seguridad y el bienestar de los participantes la máxima prioridad.

Lea más sobre algunas de las personas que trabajan para proteger a los participantes de la investigación y hacer que los estudios de investigación sean lo más seguros posible en cada paso del **Camino científico de la investigación sobre el COVID-19** (de CEAL).



Obtenga más información sobre la Iniciativa RECOVER y sus estudios de investigación en recovercovid.org/es/