

Taller sobre la COVID persistente

**Alianza de Participación Comunitaria de
Massachusetts (MA-CEAL)**

- [Insertar aquí el nombre del presentador]

NIH CEAL
Community Engagement Alliance



MA-CEAL

Massachusetts Community
Engagement Alliance

**¡Bienvenidos al taller sobre la COVID
persistente de la MA-CEAL!**



MA-CEAL

Massachusetts Community
Engagement Alliance

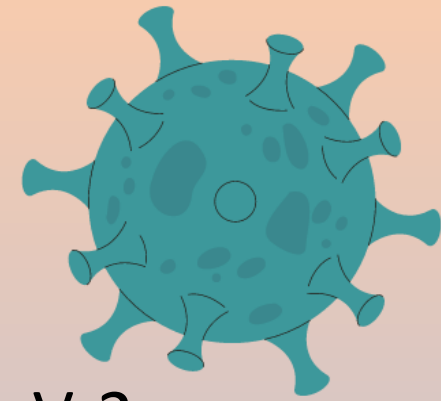
Objetivos del taller

- Obtener una comprensión básica de la COVID-19
- Comprender las pautas generales para la protección y prevención de la COVID-19
- Definir y describir los síntomas de la COVID persistente
- Identificar los efectos de la COVID persistente y las implicaciones para las comunidades desatendidas
- Aprender acerca del tratamiento y el apoyo para la COVID persistente

Piense acerca de la pandemia de la COVID-19: ¿Qué emoción experimentó?



Acerca de la COVID-19



COVID-19 (enfermedad por coronavirus 2019)

- Es una enfermedad causada por un virus denominado SARS-CoV-2
- Este virus puede transmitirse a través de personas con o sin síntomas
- Causa síntomas respiratorios que pueden sentirse como un resfriado, una gripe o una pulmonía
- Los adultos mayores y las personas que tienen alguna afección médica subyacente tienen un mayor riesgo de experimentar síntomas graves
- Carga más pesada para las comunidades negras, indígenas y de color (BIPOC, por sus siglas en inglés) y desatendidas

Source: [cdc.gov](https://www.cdc.gov)

Cómo se propaga el SARS-CoV-2

El SARS-CoV-2 se propaga de dos formas:

1. Gotitas: el Sars-CoV-2 se propaga cuando una persona infectada libera gotitas que contienen el virus



2. En el aire (aerosoles): el Sars-CoV-2 se propaga cuando una persona infectada exhala pequeñas partículas que contienen el virus, llamadas aerosoles



Covid-19 safety tips for Families. COVID-19 Safety Tips for Families | Johns Hopkins Medicine. (2022, February 17). Retrieved October 28, 2022, from [John Hopkins Medicine](https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/covid-19-safety-tips-for-families)

Prevención de la COVID-19

- Use mascarillas de alta calidad
- Las vacunas contra la COVID-19 son **seguras, efectivas y ofrecen la mejor protección** contra la enfermedad grave, la hospitalización e incluso la muerte por COVID-19
- Manténgase al día con las vacunas y refuerzos contra la COVID-19
 - La inmunidad puede **disminuir o "menguar"** con el tiempo
 - Los refuerzos aumentan o "potencian" los niveles de anticuerpos aún más de lo que estaban después de la segunda dosis

¿CUÁLES SON LOS CUBREBOCAS QUE MEJOR PROTEGEN?

Mala

- Cualquier cubreboca de tela sin filtro.
- Pañuelos
- Polaina de cuello



Buena

- Cubreboca de tela con una capa extra que es un filtro (se ajusta bien).
- Cubreboca médico quirúrgico que no se ajusta bien.



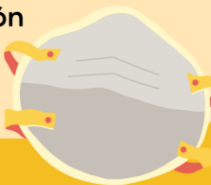
Mejor

- Doble cubreboca.
- Cubreboca médico ajustado con la técnica del nudo.



Optima

- Cubreboca de respiración bien ajustado, como la N95.



Recomendaciones sobre la vacuna contra la COVID-19 para 2023-2024

- Se recomienda 1 dosis de vacuna contra la COVID-19 de Pfizer o Moderna 2023-2024 como refuerzo en las personas mayores de 12 años
- Para las personas mayores de 12 años que nunca se vacunaron, se da 1 dosis como dosis primaria y 1 dosis como refuerzo
- Hable con un profesional clínico de confianza para obtener más información acerca de las vacunas

***Tenga en cuenta que las recomendaciones de vacunas cambian cada año.**


Consulte el sitio web del CDC para obtener la información más actualizada: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/index.html>

Pruebas y tratamiento para la COVID-19

Si tiene síntomas de COVID-19, debe hacerse una prueba:

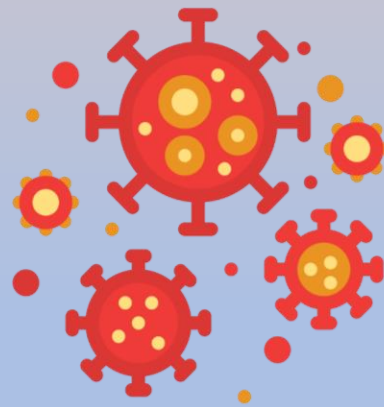
1. Pruebas en el hogar ✓
2. Pruebas en una instalación ✓

Si obtiene un diagnóstico de COVID-19, hay tratamiento disponible:

1. Paxlovid (comprimidos orales) – preferido.
2. Remdesivir I.V. 
3. Molnupiravir (oral)

Source: https://bfsd.ss19.sharpschool.com/district_news/illness_and_mask_update

Algunas personas experimentan síntomas prolongados luego del diagnóstico de COVID-19



La **COVID persistente** es un término acuñado por los pacientes

- Fue utilizado por primera vez en mayo de 2020 como etiqueta en Twitter por Elisa Perego, una arqueóloga del University College, en Londres.

Síntomas de la COVID persistente: se describieron más de 200



Dolor de cabeza



Niebla de la memoria



Tos



Dolor de cuerpo



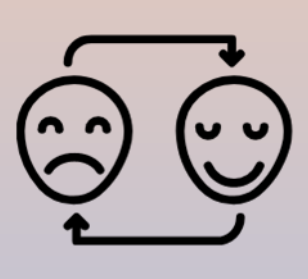
Escurrimiento nasal



Fatiga



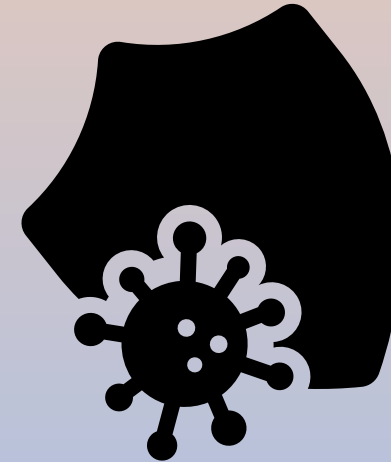
Pérdida del olfato y el gusto



Depresión o ansiedad

Los síntomas se presentan cuatro o más semanas después de la infección por SARS-CoV-2, duran al menos 2 meses y no pueden explicarse con diagnósticos alternativos.

¡No sabemos por qué algunas personas desarrollan la COVID persistente!



Los síntomas de la COVID persistente pueden aparecer en momentos diferentes para cada persona:

- Algunas personas son sintomáticas para la COVID-19 y los síntomas nunca desaparecen a pesar de tener pruebas negativas (-)
- Algunas personas serán sintomáticas para la COVID-19 y los síntomas desaparecerán, pero volverán semanas o meses después a pesar de tener pruebas negativas (-)
- Algunas personas no tendrán síntomas con la COVID-19 y luego desarrollarán síntomas semanas o meses después a pesar de tener pruebas negativas (-)

**Las personas con la COVID
persistente NO son infecciosas**

Aunque la COVID persistente es un riesgo, la información de la encuesta de la MA-CEAL mostró que muchas personas no sabían qué era la COVID persistente

¡Hablemos de eso!

¿Cuánto duran los síntomas de la COVID persistente?

- Muchas personas se recuperan en semanas o meses
- Algunas personas informan que los síntomas duran más de 1 o 2 años (en este momento)

¿Otros virus causan síntomas a largo plazo?

Si:

- Algunos virus pueden causar síntomas a largo plazo.
 - P. ej., chikungunya (puede causar artritis), fiebre del dengue, etc.

¿Hay otros problemas de salud similares a la COVID persistente?

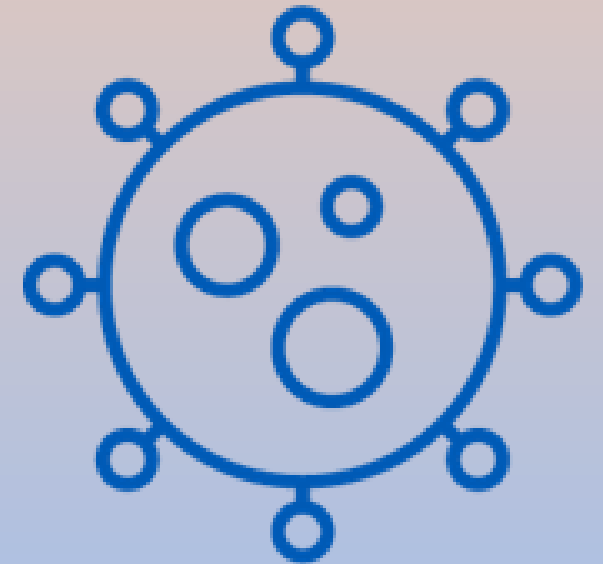
Si:

- P. ej., síndrome de fatiga crónica

CDC. Post-COVID conditions among adult covid-19 survivors aged 18–64 and ≥65 years - United States, March 2020–November 2021. Centers for Disease Control and Prevention. <https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/71/wr/mm7121e1.htm>. Published May 26, 2022. Accessed November 29, 2022.

Posibles efectos de la COVID persistente sobre el organismo:

- Las **células** podrían infectarse a partir de la infección por COVID-19
- Cambios en la respuesta del **sistema inmunitario**
- **Inflamación** persistente en el sistema inmunitario
- Para pacientes hospitalizados:
 - El problema de salud podría ser parte de la “**fase de recuperación prolongada**” después de una enfermedad crítica



Implicaciones de la COVID prolongada

- **Equidad en salud**

- Disparidad racial en el acceso al tratamiento.
- Escasa formación de salud sobre las comunidades de color

- **Económicas**

- Disminución en la productividad laboral
- Más personas de baja por incapacidad
 - Preocupaciones/cargas financieras para las personas con síndromes post-COVID

- **Social**

- Educación (con mayor impacto en las comunidades de color):
 - Los niños y los jóvenes adultos son más propensos a faltar a la escuela o a la universidad, los adultos pueden perder oportunidades de desarrollo profesional
- Sensación de aislamiento



¿Quién corre el riesgo de sufrir COVID persistente?

- Mujeres.
- Pacientes hospitalizados por COVID-19
 - Quienes tuvieron una estadía en la UCI durante una infección aguda
- Personas con necesidad de oxígeno adicional durante la enfermedad COVID-19
- Personas con múltiples comorbilidades médicas



La carga de la COVID persistente es elevada en mujeres, bisexuales, transexuales y adultos discapacitados.

Martimbianco ALC, Pacheco RL, Bagattini AM, Riera R. Frequency, signs and symptoms, and criteria adopted for long covid-19: A systematic review. International journal of clinical practice. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33977626/>. Published June 2021. Accessed November 29, 2022.

CDC. Long Covid - Household Pulse survey - covid-19. Centers for Disease Control and Prevention. <https://www.cdc.gov/nchs/covid19/pulse/long-covid.htm>. Published November 29, 2022. Accessed November 29, 2022.

Otros factores que predisponen el desarrollo de la COVID persistente

- Reinfecciones de la COVID-19
- Los factores de riesgo socioeconómicos incluyen los siguientes:
 - Menor ingreso
 - Incapacidad de descansar adecuadamente las primeras semanas después de desarrollar la COVID-19

Bowe, B., Xie, Y. & Al-Aly, Z. Acute and postacute sequelae associated with SARS-CoV-2 reinfection. *Nat. Med.* <https://www.nature.com/articles/s41591-022-02051-3>

Williamson, A. E., Tydeman, F., Miners, A., Pyper, K. & Martineau, A. R. Short-term and long-term impacts of COVID-19 on economic vulnerability: a population-based longitudinal study (COVIDENCE UK). *BMJ Open* 12, e065083 (2022).

Ziauddeen, N. et al. Characteristics and impact of Long Covid: findings from an online survey. *PLoS ONE* 17, e0264331 (2022).

COVID-19 y las comunidades BIPOC

- La carga de la COVID-19 persistente es elevada en las comunidades BIPOC
 - Negros/afroamericanos: **2.2 veces** más hospitalizaciones y una tasa de mortalidad **1.7 veces** mayor.
 - Latinos/hispanos: **1.9 veces** más hospitalizaciones y **1.8 veces** más tasa de mortalidad
- Esperanza de vida reducida por la COVID-19
 - **2 años** en personas negras
 - **3 años** en personas latinas
 - **0.7 años** en personas blancas

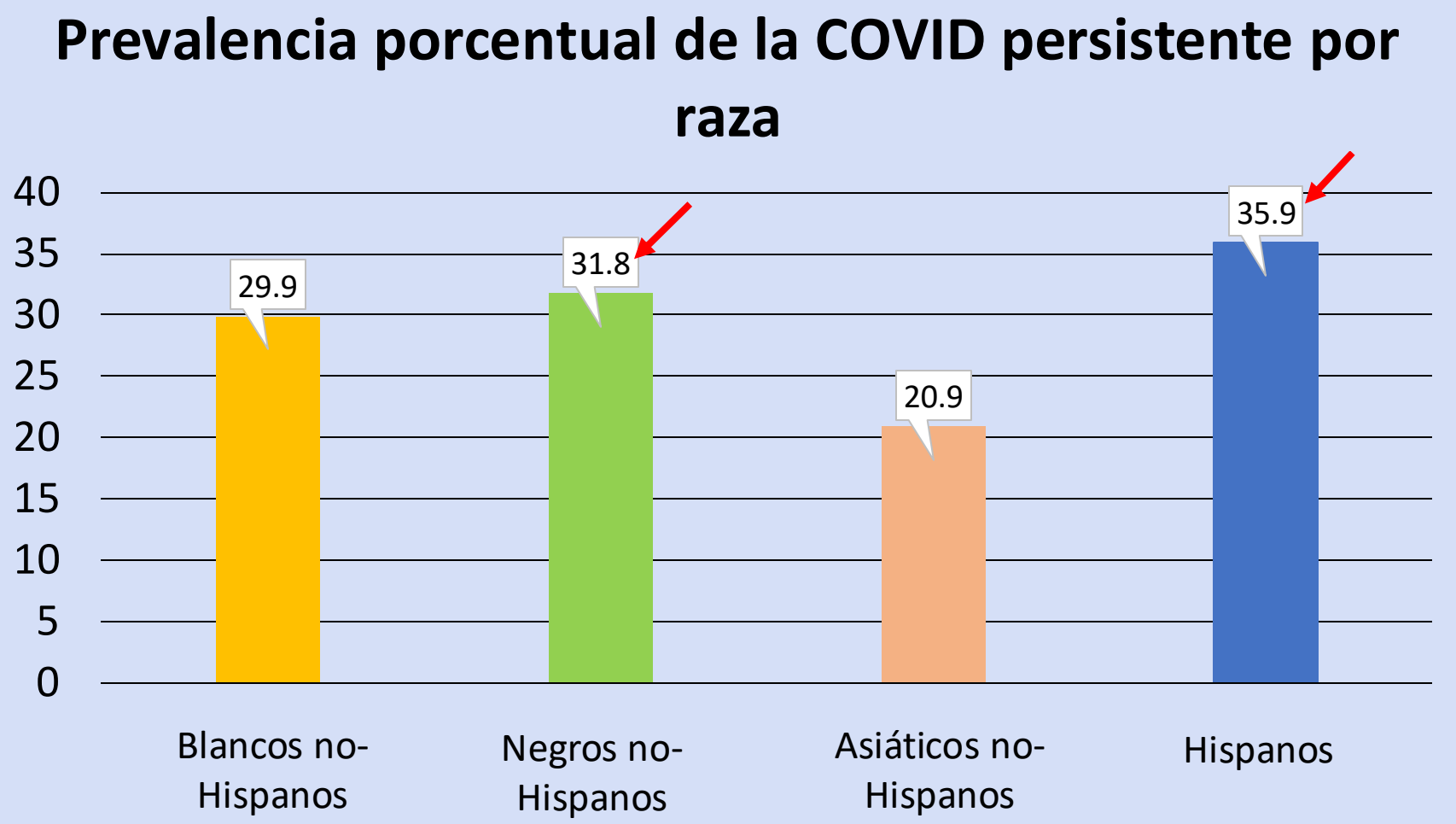


Las tasas de la COVID persistente en los EE. UU. están disminuyendo

- Los primeros informes de los CDC mostraban que 1 de cada 5 adultos (es decir, el 20 %) experimentaba síntomas de COVID persistente
- A principios de junio de 2022, el 7,5 % de los estadounidenses mayores de 18 años declararon síntomas de COVID persistente
- A mediados de junio de 2023, esta cifra ha disminuido al 6 % que reportan síntomas de COVID persistente

Source: https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/72/wr/mm7232a3.htm?s_cid=mm7232a3_w

La tasa de la COVID persistente es mayor en los adultos latinos/hispanos y negros



National Center for Health Statistics. U.S. Census Bureau, Household Pulse Survey, 2022–2023. Long COVID. Generated interactively: from <https://www.cdc.gov/nchs/covid19/pulse/long-covid.htm>

Un estudio diferente con un informe diferente:

- Un estudio apoyado por la iniciativa RECOVER de los NIH demostró que la mayoría de los pacientes de una muestra de 30 000 con diagnóstico de COVID persistente eran:
 - Blancos, no Hispanos
 - Mujeres
 - Con más probabilidades de vivir en zonas acomodadas con mayor acceso a la atención médica

RECOVER= Researching COVID to Enhance Recovery (Investigando COVID para mejorar la recuperación)

Source: <https://covid19.nih.gov/news-and-stories/symptoms-long-covid-differ-people-different-racial-and-ethnic-groups>

Algo para pensar:

- ¿Los miembros de la comunidad BIPOC conocen la COVID persistente?
- ¿Existe alguna diferencia entre quién tiene la COVID persistente y quién puede acceder a este tipo de atención médica?
- ¿Cuáles son los obstáculos y cómo podemos superarlos?

Múltiples obstáculos a la equidad sanitaria en la atención médica de la COVID persistente:

Obstáculos económicos:

- Seguro mínimo o nulo
- Copagos altos
- Pérdida o reducción de los ingresos por la COVID persistente o como resultado de la pandemia
- Menor seguridad laboral, menor flexibilidad laboral y menor acceso a la baja por enfermedad o al servicio de salud en el trabajo



Otros obstáculos:

- Inestabilidad alimentaria y de la vivienda



Obstáculos ocupacionales:

- Una gran proporción de las comunidades BIPOC son trabajadores esenciales
- A veces, deben decidir entre dar prioridad a su salud o garantizar ingresos familiares básicos



Obstáculos geográficos:

- Las poblaciones vulnerables suelen residir en entornos con pocos recursos y sin fácil acceso a los servicios de atención médica



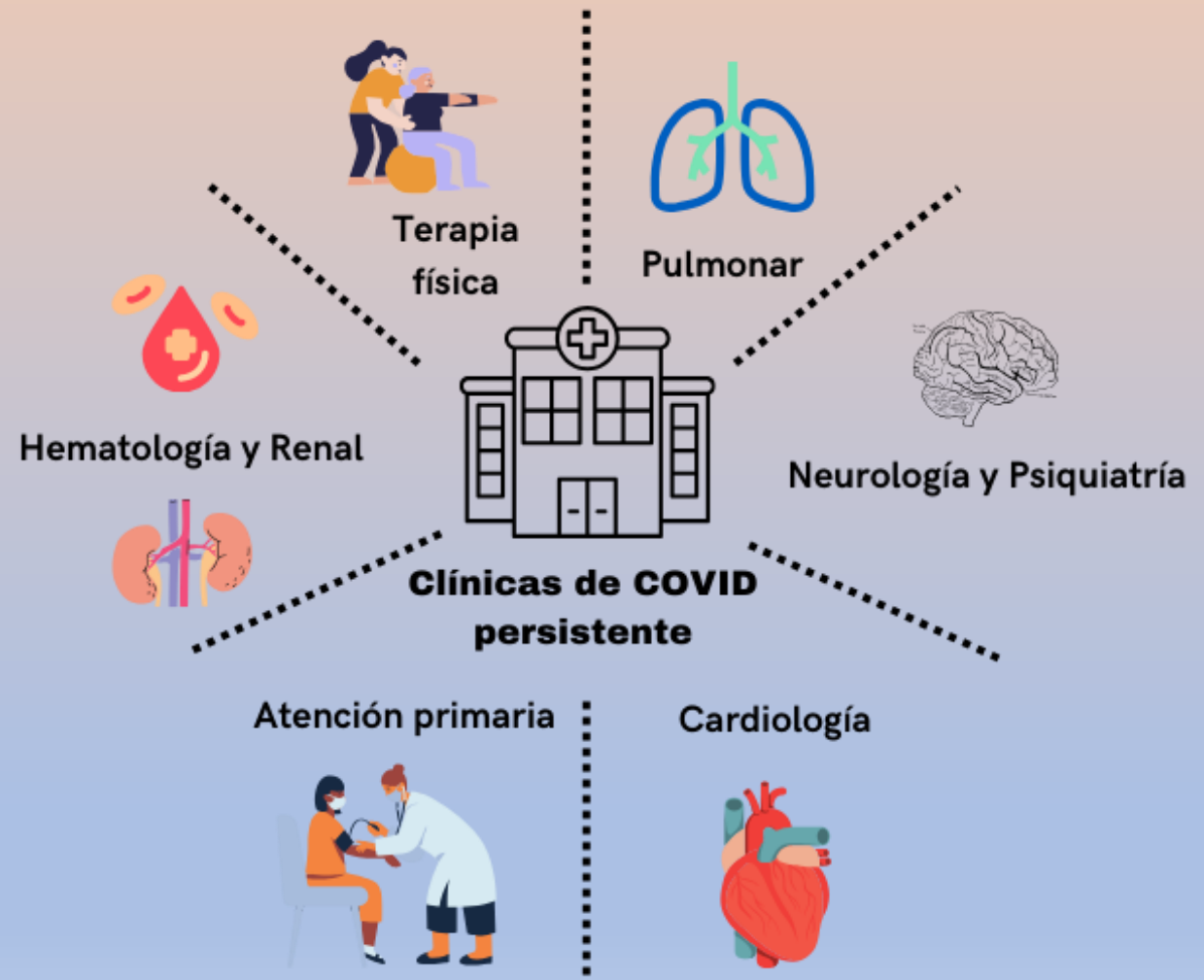
Otras razones que conducen a la desigualdad de la COVID persistente:

- Desconfianza en el sistema médico
- Divulgación de información errónea
- Falta de concienciación sobre la COVID persistente
- Disparidades sistémicas en los sistemas de atención médica
- Falta de reconocimiento de la COVID persistente por los médicos



Clínicas de COVID persistente

- Multidisciplinarias
- Los objetivos son:
 - Comprender la COVID persistente con información y participación de las comunidades
 - Desarrollar modalidades de tratamiento para la gestión de la COVID persistente
 - Desarrollar estrategias para prevenir que los pacientes que tienen infección por COVID-19 desarrollen la COVID persistente



¿Qué esperar cuando se lo atiende en las clínicas de COVID persistente?

Los pacientes reciben tratamiento personalizado, que puede incluir:

- Entrevista detallada sobre los síntomas
- Examen físico
- Análisis de sangre
- Remisión a otros especialistas
- Las pruebas especializadas, como las tomografías computarizadas (TC), las pruebas de función pulmonar, etc., se basan en evaluaciones y síntomas individuales



¿Cuándo buscar atención médica en las clínicas de COVID persistente?

1. Hable con su médico de confianza o de atención primaria si tiene síntomas después de la COVID-19 que persisten por más de **4 semanas**
2. Se recomienda la atención médica en clínicas de COVID persistente si los síntomas:
 - **son moderados a graves Y/O**
 - **interfieren con** el trabajo, las actividades diarias, el cuidado personal, la salud mental, etc.
3. Se espera que la mayoría de los síntomas leves de la COVID persistente que no interfieren con las actividades cotidianas mejoren con el tiempo
4. Todos los pacientes son evaluados en las clínicas de COVID persistente independientemente de la gravedad de los síntomas

Cómo prepararse para la cita de COVID persistente

Antes de la cita, es importante que haga lo siguiente:

- **Prepare una descripción** de los mejores y peores días con síntomas
- Haga una **lista de todos los medicamentos** y suplementos/tratamientos con medicamentos sin receta actuales
- Haga una **lista de preguntas** para la cita
- **Tome notas** para recordar la conversación con su profesional clínico

Después de la cita, asegúrese de:

- Hacer un **seguimiento** de los síntomas (registro de síntomas)

Qué hacer antes de la cita (continuación)

Si la cita es una visita de telemedicina:

1. Asegúrese de que tiene acceso a un teléfono y/o computadora con conexión a internet para una visita por video
2. Asegúrese de que está en una ubicación privada para poder hablar libremente con su médico

Vivir con la COVID persistente

- Un estudio de 2021 ha demostrado que 6 meses después de tener la COVID-19, muchos adultos tenían:
 - *Ansiedad*
 - *Bajo estado de ánimo*
 - *Insomnio*
- Junto con esto, estar en la UCI puede conducir a una mala salud mental dentro de los 6 meses (si se enferma gravemente de COVID-19, es posible que tenga que ir a la UCI)



INFORMACIÓN IMPORTANTE



- Acerca de la vacuna:
 - La vacunación **puede disminuir los síntomas** si el paciente tiene COVID persistente
 - La vacunación **puede prevenir el desarrollo** de la COVID persistente
- Acerca del tratamiento:
 - El tratamiento de la infección por COVID-19 con Paxlovid **puede reducir** el riesgo de COVID persistente

Notarte KI, Catahay JA, Velasco JV, et al. Impact of covid-19 vaccination on the risk of developing long-COVID and on existing long-COVID symptoms: A systematic review. eClinicalMedicine. [https://www.thelancet.com/journals/eclinm/article/PIIS2589-5370\(22\)00354-6/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/eclinm/article/PIIS2589-5370(22)00354-6/fulltext). Published August 26, 2022. Accessed November 29, 2022.

Xie Y, Choi T, Al-Aly Z. Nirmatrelvir and the Risk of Post-Acute Sequelae of COVID-19. MedRxiv. <https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2022.11.03.22281783v1%E2%80%8B>. Published November 3, 2022. Accessed November 29, 2022.

Recordatorios para pacientes con COVID persistente

- Sea paciente consigo mismo
- Vacúnese y refuerce
- Para las “nuevas” (adelanto) infecciones por COVID-19: reciba tratamiento si califica
- Pida ayuda médica y siga las recomendaciones
- Infórmese y no dude en hacer preguntas

Resumen/ Conclusión

- Hemos terminado el taller sobre la COVID persistente

¿Tiene preguntas?

