



Síndrome post-COVID-19 agudo: Preguntas frecuentes

La mayoría de las personas que tuvieron COVID-19 se recuperaron por completo después de su enfermedad inicial. Sin embargo, algunas personas tienen síntomas y problemas de salud persistentes. El síndrome post-COVID-19 agudo, también denominado COVID crónico o COVID de larga duración, hace referencia a una gran variedad de síntomas que se desarrollan durante o después de padecer la enfermedad del COVID-19 y continúan durante varias semanas o meses. Las personas que tienen el síndrome post-COVID-19 agudo a veces se denominan personas con COVID-19 persistente. Este documento contiene información sobre el síndrome y cómo atenderse.

¿Cuáles son los síntomas y las condiciones asociadas con el síndrome post-COVID-19 agudo?

El COVID-19 es una enfermedad (pulmonar) respiratoria, pero también puede afectar otras partes del cuerpo. Por este motivo, los síntomas del síndrome post-COVID-19 agudo son muy variados. El síntoma más común es la fatiga (cansancio). Otros síntomas comunes incluyen dificultad para dormir, tos persistente, dificultad para respirar o dolor en el pecho, dolor de cabeza y dolor muscular o en las articulaciones. También pueden experimentar la pérdida del olfato o el gusto, sarpullido, caída del cabello, palpitaciones, sudoración nocturna, imposibilidad para controlar la temperatura corporal, estreñimiento, diarrea y otros síntomas.

El síndrome post-COVID-19 agudo puede incluir otras afecciones de salud graves, como:

- **Síndrome de fatiga crónica/encefalomielitis miálgica:** Una enfermedad compleja que incluye agotamiento, cansancio con esfuerzo excesivo y dificultades relacionadas con la memoria y la concentración (también denominado "nebulosa cerebral").
- **Problemas relacionados con vasos sanguíneos y coágulos:** El virus que causa COVID-19 puede llevar a que las células sanguíneas sean más propensas a agruparse y formar coágulos. Estos coágulos pueden formarse en los pulmones, las piernas, los riñones u otros órganos. Los coágulos grandes en el corazón pueden causar ataques al corazón y los coágulos en el cerebro pueden provocar accidentes cerebrovasculares.
- **Salud mental y bienestar:** Superar la experiencia del COVID-19 agudo puede llevar a sufrir de síndrome de estrés postraumático, depresión y ansiedad.

¿Puedo transmitir el COVID-19 a otras personas si tengo estos síntomas o condiciones?

Las personas con el síndrome post-COVID-19 agudo tienen síntomas durante semanas o meses una vez que ya no contagian más. La mayoría de las personas que tienen COVID-19 ya no contagian después de los 10 días del inicio de los síntomas.

¿Cuánto dura el síndrome post-COVID-19 agudo?

Las personas demoran bastante tiempo en recuperarse, y pueden pasar semanas, meses o más para que los síntomas desaparezcan por completo.

¿Quién está en riesgo de contraer el síndrome post-COVID-19 agudo?

Diferentes estudios demostraron que el síndrome post-COVID-19 agudo puede ser más común en personas de mayor edad, en mujeres y en personas que tienen obesidad, un problema de salud mental o tres o más afecciones médicas crónicas (como enfermedad pulmonar, diabetes o presión arterial alta). El síndrome post-COVID-19 agudo también es más común en personas que tuvieron la enfermedad del COVID-19 severo y requirieron hospitalización. Sin embargo, cualquier persona puede tener el síndrome post-COVID-19 agudo, incluso jóvenes adultos y personas saludables, y quienes solo tuvieron el COVID-19 leve.

¿Qué tratamiento existe para el síndrome post-COVID-19 agudo?

Aún no sabemos mucho sobre el síndrome post-COVID-19 agudo. El tratamiento se basa en los síntomas que tiene cada persona y puede incluir rehabilitación física, ejercicios mentales y de respiración, y medicamentos, como corticosteroides o anticoagulantes. Las personas con síntomas continuos pueden atenderse con un proveedor de atención de salud. Es posible que las personas que tienen el síndrome post-COVID-19 agudo deban tratarse con especialistas en enfermedades infecciosas, pulmonólogos, nefrólogos u otros especialistas en función de sus síntomas.

Creo que tengo el síndrome post-COVID-19 agudo. ¿Qué debo hacer?

Si tiene síntomas persistentes, consulte con su proveedor de atención primaria o verifique la lista de [Clínicas de atención post-COVID](#) para programar una cita con un equipo de atención de salud de múltiples disciplinas con experiencia en atención post-COVID. Si es una emergencia médica, llame al **911**.

Considere la posibilidad de unirse a un grupo de ayuda, como [Body Politic](#) o [Survivor Corps](#) para ponerse en contacto con otras personas que tienen este síndrome y para obtener más información. Otros recursos disponibles:

- [COVID Advocacy Exchange](#)
- [National Patient Advocate Foundation](#)
- Grupos de Facebook como "Long Haul COVID fighters"

¿Qué sucede si no tengo un proveedor de atención de salud o un seguro médico?

Si necesita un proveedor de atención de salud, NYC Health + Hospitals proporciona atención a todos los neoyorquinos, independientemente del estado migratorio o capacidad de pago. Visite nychealthandhospitals.org para obtener más información y para encontrar un proveedor de atención de salud, o llame al 844-692-4692 o **311**. NYC Health + Hospitals tiene centros especializados en el síndrome post-COVID-19 agudo.

¿Debería vacunarme si tengo el síndrome post-COVID-19 agudo?

Sí. Dado que es posible que vuelva a tener COVID-19, debería vacunarse. Las vacunas contra el COVID-19 son seguras y pueden mejorar la protección que su cuerpo ya ha creado.

Visite nyc.gov/vaccinefinder para encontrar un centro de vacunación y pedir una cita. También puede llamar al 877-829-4692 para pedir una cita en alguno de los centros de NYC.

El Departamento de Salud de NYC puede modificar las recomendaciones a medida que la situación evoluciona.

4.5.2021