Preguntas frecuentes para pacientes adultos Pacientes con síntomas o problemas de salud relacionados con la COVID persistente

Índice

Información general	1
¿Qué es la COVID persistente?	
¿Cuántas personas tienen COVID persistente?	2
¿Cuáles son los signos más comunes de la COVID persistente?	2
¿Durante cuánto tiempo tendré problemas por la COVID persistente?	3
Cuándo y dónde encontrar ayuda	3
¿Cuándo debo llamar al 911 o ir al Departamento de Emergencias?	3
¿Cuándo debo ir al médico?	3
¿Cómo puedo obtener información y ayuda si tengo signos de COVID persistente?	4
No puedo costear el tratamiento que mi equipo de atención médica dice que necesito. ¿Qué puedo hacer?	∠
Vacunación	4
Si creo que tengo COVID persistente, ¿debo vacunarme de todos modos?	4

A. Información general

(A. General information)

¿Qué es la COVID persistente?

(What is long COVID?)

- Algunas personas tienen problemas persistentes de salud física, cognitiva o mental durante semanas o meses después de haber tenido COVID-19.
- La COVID persistente al principio era frecuente entre los pacientes con problemas crónicos. A veces, esto se denomina "COVID persistente", "pos-COVID", "síndrome pos-COVID-19" o "afección pos-COVID-19".



Preguntas frecuentes para pacientes adultos

Pacientes con síntomas o problemas de salud relacionados con la COVID persistente

¿Cuántas personas tienen COVID persistente?

(How many people get long COVID?)

- Se está recopilando información en Alberta y en todo el mundo sobre la COVID persistente. Muchos estudios de investigación demuestran que alrededor del 20 % de las personas que tuvieron COVID-19 siguen teniendo síntomas prolongados o a largo plazo.
- La COVID persistente puede afectar a cualquier persona: personas mayores o jóvenes, personas que están sanas y personas que tienen otros problemas de salud. Puede ocurrir si estuvo internado por COVID-19 o si no lo estuvo.

¿Cuáles son los signos más comunes de la COVID persistente? (What are the most common signs of long COVID?)



Problemas para pensar, recordar cosas o concentrarse.



Pérdida del gusto o del olfato.



Latidos cardíacos acelerados o irregulares.



Debilidad y fatiga todo el tiempo.



Dificultad para respirar o tos que no desaparecen.



Estrés, ansiedad o depresión.



Problemas para caminar o moverse.



Imposibilidad de volver a trabajar.



Dolor muscular o articular.



Problemas para tragar.

- Visite <u>MyHealth.Alberta</u> para informarse sobre cómo controlar los síntomas individuales.
- La información se revisa permanentemente para reflejar los datos nuevos. Por ejemplo, un síntoma frecuente es la fatiga extrema, no solo "cansancio". La actividad y el ejercicio físicos pueden ser perjudiciales para las personas con fatiga derivada de la COVID persistente e incluso pueden empeorar los síntomas.
- Comuníquese con su proveedor de atención médica para recibir consejos sobre su plan de rehabilitación individual o llame a la Rehabilitation Advice Line al 1-833-379-0563.



Preguntas frecuentes para pacientes adultos

Pacientes con síntomas o problemas de salud relacionados con la COVID persistente

¿Durante cuánto tiempo tendré problemas por la COVID persistente? (How long will I have long COVID problems?)

- Debido a que la COVID persistente es bastante reciente, es difícil predecir durante cuánto tiempo afectará a cada persona. La mayoría de las personas tienen una leve mejoría después de algunas semanas o meses de experimentar los síntomas, gracias a la información y a los servicios de ayuda. En algunas personas los problemas pueden durar mucho más, o mejorar y luego volver a empeorar.
- Es importante DETENERSE, DESCANSAR y MARCAR EL RITMO de acuerdo con lo que siente cada día.

B. Cuándo y dónde encontrar ayuda

(B. When and where to find help)

¿Cuándo debo llamar al 911 o ir al Departamento de Emergencias? (When should I call 911 or go to the Emergency Department?)

Debe llamar al 911 si tiene una emergencia médica, que puede incluir lo siguiente:

- Problemas para respirar (esforzarse para cada aliento, solo poder decir una palabra a la vez).
- Dificultad para despertarse.
- Sentir mucha confusión.
- Perder el conocimiento o desmayarse.
- Tener dolor en el pecho.

¿Cuándo debo ir al médico?

(When should I see my doctor?)

Es importante que vaya al médico si ocurre lo siguiente:

- Le preocupa su recuperación.
- Tiene dificultades para respirar y la situación no mejora, independientemente de lo que haga.
- Tiene muchas dificultades para respirar cuando hace cosas que generalmente hacía con facilidad.
- Nota que su atención, memoria, procesos de pensamiento o niveles de energía no mejoran.
- Tiene problemas que le impiden hacer sus actividades habituales (como cuidarse a sí mismo o regresar al trabajo o a la escuela) o le dificultan mucho hacerlas.
- Siente depresión, ansiedad o estrés, y este sentimiento no mejora.



Preguntas frecuentes para pacientes adultos

Pacientes con síntomas o problemas de salud relacionados con la COVID persistente

¿Cómo puedo obtener información y ayuda si tengo signos de COVID persistente?

(How can I get information and help if I have signs of long COVID?)

- En el sitio web de AHS llamado <u>"Cómo estar saludable después de la COVID-19"</u> encontrará una lista completa de recursos para pacientes y familias.
- Los médicos y el personal de atención médica de toda Alberta están recibiendo información sobre cómo atender a las personas que presentan signos de COVID persistente.
- Pueden derivarlo a una clínica que se especialice en COVID persistente. Según la zona en la que viva se pueden hacer consultas médicas en forma virtual.

No puedo costear el tratamiento que mi equipo de atención médica dice que necesito. ¿Qué puedo hacer?

(I can't afford the treatment my healthcare team says I need. What can I do?)

- A veces, cuando tiene COVID persistente, su equipo de atención médica puede sugerirle terapia respiratoria, ocupacional o física.
- Toda la información y capacitación mencionada anteriormente en el sitio web de AHS está disponible de forma gratuita para las personas que viven en Alberta.
- Hable con su médico o el equipo de atención médica sobre otros servicios disponibles en su localidad sin costo alguno o a un costo reducido.

C. Vacunación

(C. Vaccination)

Si creo que tengo COVID persistente, ¿debo vacunarme de todos modos? (If I think I have long COVID should I still get vaccinated?)

- Sí. Alberta Health Services recomienda especialmente que, independientemente de si tuvieron COVID-19 o no, las personas se vacunen con esquema completo de dosis tan pronto como puedan hacerlo de acuerdo con el <u>programa de vacunas contra la</u> <u>COVID-19 de Alberta</u>. Tener COVID no es lo mismo que recibir la vacuna.
- Si tiene alguna pregunta sobre la vacuna o su salud, hable con su médico de atención primaria o su equipo de atención médica.
- Algunas personas notan que sus síntomas cambian después de la vacunación, sin embargo, se están realizando más investigaciones para estudiar esta situación.

