

Cómo hablar sobre el COVID persistente

El COVID persistente es una afección real que afecta a millones de personas en todo el país. Hablar este tema implica compartir información clara de forma positiva y sin prejuicios.



Aquí le explicamos cómo puede responder preguntas frecuentes sobre el COVID persistente e iniciar una conversación productiva.

P: ¿Qué es el COVID persistente?

R: Es una enfermedad crónica que puede durar meses o incluso más tiempo. En algunos casos, puede ser incapacitante. Los síntomas del COVID persistente se manifiestan de forma diferente en cada individuo, pero muchas personas afirman que esto hace que no se sientan bien o tengan una sensación general de malestar.

P: ¿Quién puede contraerlo?

R: Si ha tenido COVID-19, puede desarrollar COVID persistente dentro de los tres meses posteriores a la última vez que tuvo COVID-19. Los síntomas pueden empeorar durante ese tiempo y pueden aparecer y desaparecer. Mantenerse al día con las vacunas y distanciarse de las personas cuando están enfermas de COVID-19 son medidas importantes para reducir el riesgo de infección.

P: ¿Cómo se siente tener COVID persistente?

R: Se manifiesta de forma diferente en cada persona. El COVID persistente puede provocar cansancio y dolores la mayor parte del tiempo. Puede causar pensamientos confusos y desenfocados. También puede provocar tos y problemas respiratorios que no desaparecen. Existen muchos otros síntomas, como latidos cardíacos rápidos, sensación de desmayo y

depresión o ansiedad.

P: ¿Cómo se puede diagnosticar?

R: El COVID persistente puede ser difícil de diagnosticar. Lo mejor es que hable con su proveedor de atención médica y le explique cómo se siente. Puede que necesite más de una cita, pero le ayudará a descartar otras afecciones o enfermedades. El diagnóstico es importante porque las personas pueden ser elegibles para recibir beneficios por discapacidad o protección laboral después de ser diagnosticadas con COVID persistente.

P: ¿Cómo cuidar a alguien que vive con COVID persistente?

R: Cuando alguien vive con COVID persistente, necesita saber que sus sentimientos son reconocidos y que cuenta con apoyo. Ser paciente y alentador es fundamental. Recuerde que sus síntomas pueden cambiar y no ser los mismos de un día para otro.

P: ¿Cuál es el siguiente paso?

R: Un médico u otro profesional de la salud puede recomendar formas para que las personas controlen sus síntomas, entre ellas, el ejercicio, seguimiento de los síntomas, apoyo grupal o derivaciones a especialistas.



¿Quiere obtener más información sobre el COVID persistente y cómo controlar los síntomas? Visite doh.wa.gov/long-covid

