

ADVIERTEN DAÑOS A NIVEL SISTÉMICO

Dos años después, siguen las secuelas

POR ABRAHAM NAVA

anava@gimm.com.mx

A dos años de la llegada de covid-19 al país, especialistas subrayan que la enfermedad no es puramente pulmonar, sino que impacta en diferentes órganos al mismo tiempo, por lo que las secuelas también son a nivel sistémico.

Las molestias persistentes tras la enfermedad se pueden dividir en seis grupos: musculares, neurológicas, daños en la piel, afecciones cardíacas, estrés y miedo posrecuperación y otras.



Sergio Alberto Mendoza, médico internista y profesor de posgrado de la UNAM, resalta que aunque todas las secuelas deben ser atendidas y tratadas por especialistas, una de las más importantes es la fibrosis pulmonar, que provoca sensación de ahogo y falta de aire en los pacientes.

PRIMERA | PÁGINAS 8-10



ESPECIAL**RECOMIENDAN ATENCIÓN**

SECUELAS, EL DAÑO DESPUÉS DE COVID

DE LAS 201 IDENTIFICADAS POR ESPECIALISTAS, SON 21 SÍNTOMAS *considerados dentro de long covid* que traen problemas musculares, neurológicos, afecciones en piel, corazón, estrés y miedo posrecuperación

POR ABRAHAM NAVA
anava@gimm.com.mx

Después de padecer covid surgen dudas sobre cuántas son las secuelas y cuáles son los síntomas más persistentes. Aunque no hay un número definitivo y su duración puede ir desde unas semanas hasta varios meses después del contagio, especialistas de la UNAM y del IMSS alertan por los sistemas más afectados.

“Podemos hablar de síntomas persistentes, que de alguna manera merman o alteran la calidad de vida y función de algunos pacientes; sabemos que la enfermedad no es puramente pulmonar es sistémica e impacta en diferentes órganos y sistemas al mismo tiempo; no podemos decir te afectó pulmón, te afectó corazón, al mismo tiempo es la repercusión sistémica y por supuesto dependiendo las características muy particulares de cada paciente es que se va a manifestar”, explicó la doctora Clara Lilia Varela, encargada del Programa de Rehabilitación Integral Poscovid Unidad de Medicina Física Norte del IMSS.

Sergio Alberto Mendoza,

médico internista y profesor de posgrado de la Facultad de Medicina de la UNAM dijo a **Excélsior** que una secuela de covid se considera a las manifestaciones clínicas de distintos órganos y sistemas entre 10 y 14 días después de la infección inicial.

“Puede ser el sistema respiratorio, el aparato gastrointestinal, los riñones, el corazón, el hígado, el sistema nervioso central, el sistema nervioso periférico, incluso manifestaciones neuropsiquiátricas, es decir, hay una gama diversa de manifestaciones como secuela”, indicó el doctor.



Todas deben ser atendidas y tratadas por especialistas, pero si debieran jerarquizarse una de las más importantes, de acuerdo al profesor de la UNAM, es la fibrosis pulmonar.

“Fibrosis significa que el parénquima pulmonar que es como la parte esponjosa de los pulmones se empieza a ser dura, a hacer fibrosa, a perder su elasticidad en los pulmones y esto provoca que el paciente tenga una sensación de ahogo, de falta de aire, de fatigabilidad cuando empiece a retomar sus actividades”, detalló Mendoza Álvarez.

En su artículo Coronavirus. Las Inquietantes Secuelas de covid-19, el profesor de posgrado señaló 21 síntomas de los 201 identificados en un estudio de la Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia, presentados en abril de 2021, a partir de los cuales, se dio la definición de covid persistente o *long covid*, según se publicó en la revista *The Lancet* en diciembre de 2021.

Estas 21 secuelas, las dividió en seis grupos: musculares, consecuencias neurológicas, afecciones en la piel, corazón y coronavirus, estrés y miedo posrecuperación y otras.

Entre las musculares están el cansancio, debilidad,

dificultad para moverse, dificultad para moverse, dificultad para respirar, sensación de falta de aire, en este grupo está la fibrosis pulmonar y la disnea. En las neurológicas señala la anosmia, cefalea, el síndrome de Guillain-Barré, enfermedad del sistema nervioso poco común donde el propio sistema inmunitario de una persona daña las neuronas y causa debilidad muscular y en ocasiones, parálisis.

Las afecciones en la piel son el *rash* o urticaria, la necrosis, el efluvio telógeno (caída de cabello o alopecia), sobre todo en mujeres tras presentar un cuadro seve-

ro de covid y la recuperación puede tardar semanas e incluso meses.

En el corazón puede haber disfunción de nodo sinusal, cuando comienza a latir más lento; puede suceder en las fases agudas o incluso en las finales de la infección; y la miocarditis.

Las relacionadas al estrés y miedo posrecuperación ocurren sobre todo si estuvo hospitalizado por varios días, o perdió uno o varios familiares a causa del virus, así como la ansiedad y depresión. Entre otras están la osteocondritis, inflamación en los músculos y nervios intercostales en el pecho; y dolor de espalda frecuente aún cuando no haya malestar pulmonar.

En el Instituto Mexicano del Seguro Social han sido atendidos, hasta diciembre de 2021, 106 mil 843 pacientes, aproximadamente 15% de la población que cursó covid, señaló la doctora Varela.

“De acuerdo con lo que se manifieste posterior a covid es que utilizamos estrategias de valoración y tratamiento acorde a lo que el paciente, de forma muy particular, tiene; sin embargo, en el instituto se tienen lineamientos de abordaje, una rehabilitación integral en el que participa el equipo multidisciplinario tomando en cuenta todos estos aspectos que se están detectando”, señaló la doctora.



Respecto a niñas, niños y adolescentes, se destacó que, aunque en menor proporción, también llegan a padecer las secuelas que en principio se habían concentrado en adultos mayores y conforme las tendencias de contagio, a los adultos jóvenes.

El especialista de la UNAM asegura que lo mejor es seguir evitando el contagio aún cuando las vacunas han reducido las complicaciones y la variante ómicron afecta a las vías respiratorias altas.

“Hay estudios que han demostrado una tasa de hospitalizaciones menor, qué la tasa de muerte también es menor y evidentemente la de secuelas, estamos hablando de gente que generalmente ya fue vacunado previamente, más que nada el estudio va enfocado a esos pacientes que ya tenían un esquema de vacunación previo si se demostró que hay menos complicaciones y menos secuelas”.



COVID PERSISTENTE

Este es el listado de los 201 síntomas agrupados por sistema de afectación:

SÍNTOMAS GENERALES

- Hipotermia
- Escalofríos
- Calores repentinos
- Astenia
- Malestar general
- Pérdida de apetito/Anorexia
- Fiebre
- Pinchazos en zonas del cuerpo
- Sudoración
- Adelgazamiento
- Distermia
- Sofoco/calor extremo ante estrés
- Intolerancia a cambios de temperatura
- Fatiga al hablar
- Aderopatías: cuello, axilas
- Fatiga
- Pesadez de piernas

NEUROLÓGICOS

- Dolores de cabeza
- Falta de concentración/déficit de atención
- Fallos de memoria
- Mareos
- Hormigueos en las extremidades
- Vértigo o inestabilidad
- Desorientación
- Temblores
- Convulsiones
- Epilepsia
- Alexia (dificultad para leer)
- Anomia (dificultad para recordar palabras)
- Disestesias
- Neuropatías, dolor neuropático
- Alteración del sistema nervioso simpático
- Alteración del sistema nervioso parasimpático
- Síndrome de Guillain Barré
- Dispraxia (dificultad de motricidad fina)
- Accidentes cerebro-vasculares
- Insomnio
- Despertares nocturnos con sensación de ahogo
- Posedillas
- Somnolencia
- Pérdida de fuerza (sensación)
- Sensación de acorchamiento o entumecimiento
- Pinchazos/hormigueos en la cara
- Dificultad para escribir, especialmente a mano
- Dificultad para identificar el desempeño emocional
- Niebla mental
- Ptosis palpebral
- Alodinia
- Hipersensibilidad

OFTALMOLÓGICOS

- Visión borrosa
- Visión doble (diplopía)
- Mo está exagerada por la luz
- Picor de ojos
- Dolor ocular (al mover los ojos o en reposo)
- Pinchazos oculares
- Pérdida temporal de visión
- Conjuntivitis
- Pérdida de visión
- Lesiones en la retina
- Nistagmus
- Ojo seco
- Secreción ocular
- Pupilas discóricas
- Dificultad para enfocar la visión
- Retinopatía
- Corio-retinopatía
- Moscas volantes/miodesopsias

CARDIOVASCULARES

- Taquicardia
- Bradicardia
- Hipotensión
- Hipotensión ortostática
- Hipertensión
- Pinchazos cardíacos
- Palpitaciones
- Debut hipertensivo
- Síncope (con tensión baja o normal)
- Miocarditis
- Pericarditis
- Extrasístoles
- Taquicardia ortostática
- Labilidad de la presión arterial
- Edema de las manos y los pies
- Cianosis labial
- Cianosis acra en las extremidades

APARATO LOCOMOTOR

- Dolores musculares (mialgias)
- Dolores articulares (artralgia y poliartalgias)
- Calambros
- Contracturas
- Dolor de la unión condrocóstel
- Dolor de espalda
- Dolor en el cuello, en las cervicales
- Dolor entre las costillas (intercostal)
- Dorsalgia irradiada a los costados
- Atrofia
- Debilidad muscular
- Rigidez cervical
- Pérdida de masa muscular

RESPIRATORIOS

- Falta de aire (disnea)
- Ardor o dolor esternal (o detrás del esternón)
- Tos
- Dolor torácico
- Espasmos respiratorios (laringoespasmos)
- Bronquios cerrados (broncoconstricción)
- Expectorcación continua
- Expectorcación de sangre (hemoptisis)
- Desaturaciones bruscas (alteración de la saturación oxígeno)
- Presión en el pecho
- Pinchazos en el pecho
- Oposición torácica
- Debut de enfermedad pulmonar obstructiva crónica
- Sensación de respirar aire caliente
- Bronquitis de repetición
- Ardor en los pulmones

COAGULACIÓN

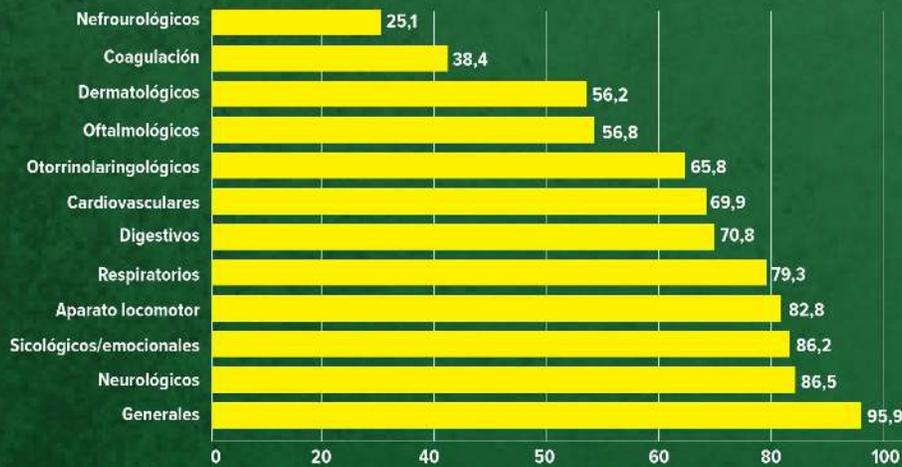
- Hematomas sin traumatismo
- Otras alteraciones de la coagulación, como microtrombosis en las extremidades y en dedos
- Arañas vasculares
- Livedo reticularis
- Enrojecimiento de las extremidades
- Hemorragias en las uñas
- Tromboflebitis
- Ictus
- Cianosis palmar (con coloración normal de los dedos)
- Varículas
- Dilatación venosa en las extremidades
- Sangrado de las encías

DERMATOLÓGICOS

- Manchas planas o sobrelevadas en la piel
- Manchas rojas puntiformes pequeñas en la piel (petequias)
- Picor o escozor
- Urticaria
- Ulceraciones en la piel
- Pérdida de las uñas
- Caída del cabello
- Rash
- Herpes zóster
- Alopecia
- Pernioles (lesionesacro-clanótica similares a los sabañones)
- Vesículas pruriginosas
- Eczema macular
- Picor en las palmas de las manos y las plantas de los pies
- Hipersensibilidad
- Herpes labiales recurrentes
- Sequedad de la piel (rasposa)
- Descamación de la piel
- Escozor genital
- Escozor anal



SÍNTOMAS AGRUPADOS



Fuente: Descripción de los 201 síntomas de la afectación multiorgánica producida en los pacientes afectados por covid-19 persistente, Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia

OTORRINOLARINGOLÓGICOS

- Boca seca, sensación de sequedad
- Odinofagia
- Disfagia
- Cacosmia
- Disgeusia
- Anosmia
- Afonía
- Hipoacusia
- Acúfenos
- Otagia
- Oto-tubaritis
- Aftas
- Congestión nasal
- Hiperacusia
- Disfonía
- Sensación de cuerpo extraño en la garganta (moco)
- Dolor con la deglución/odinofagia
- Sinusitis
- Mucosidad nasofaringe
- Hipersensibilidad dental
- Congestión timpánica
- Faringitis
- Traqueítis
- Gingivitis

NEFROUROLÓGICOS

- Infecciones de orina
- Cólicos de riñón (cólico nefrítico)
- Vejiga hiperactiva

ENDOCRINOLÓGICOS

- Hipotiroidismo
- Hipertiroidismo
- Alteraciones menstruales: metrorragia, amenorrea
- Debut diabético
- Desajuste hormonal en relación con el ciclo menstrual

DIGESTIVOS

- Dolor en la boca del estómago (epigastralgia)
- Dolor abdominal o abdominalgia (dolor de barriga): cólico o continuo
- Náuseas
- Vómitos
- Diarrea
- Digestiones difíciles o molestas (dispepsia)
- Gases
- Ardor en la boca del estómago (pirosis)
- Modificación del ritmo intestinal
- Distensión abdominal
- Defecaciones con olor fétido
- Borborigmos abdominales
- Cambio de consistencia de las defecaciones
- Colitis inflamatoria
- Reflujo biliar
- Diarrea acuosa intermitente

Arte: Erick Zepeda / Fotos Elizabeth Velázquez

