



Se han detectado casos en los que los pacientes aseguran que los síntomas aparecen de forma cíclica («cada tres semanas», por ejemplo, explica una mujer), u otros en los que la persistencia de los males es continua: «Hay gente que ha llegado a estar meses con fiebre. Imagínate levantarte todos los días con 37,5», cuenta otra persona, Delphine Crespo, que pertenece al colectivo Long Covid Acts Aragón. Entre los síntomas, asegura también, está también la pérdida de visión de cerca: «nos ha pasado a muchos». Asimismo, se dan problemas en la piel, en el cuero cabelludo...

TEORÍAS // Según diversos estudios, se estima que entre un 10 y un 20% de los pacientes con covid son persistentes, lo que en Aragón supondría que, en estos momentos, entorno a 10.000 y 20.000 personas podrían estar sufriendo este síndrome, para el que no hay tratamiento. El Instituto Nacional de Estadística del Reino Unido, por otra parte, ha elaborado un informe propio que dictamina que una de cada cinco personas con covid tiene síntomas más allá de las cinco semanas y uno de cada diez más allá de las doce.

Por el momento, se desconoce cómo funciona o a qué se debe esta enfermedad. La principal teoría hoy en día es que el virus se mantiene activo dentro del cuerpo de algunas personas en reservorios como el intestino y que ahí permanece hasta que tiene capacidad de actuar de nuevo, como ocurre con otros virus como el del herpes. Sí que parece, asimismo, que estas personas no contagian, por lo menos a través del aire. Y, además de afectar más a las mujeres, aparentemente las personas acostumbradas a realizar ejercicio y que estaban en una buena forma física también se ven más perjudicadas por la persistencia de los síntomas.

En busca de un remedio y de reconocimiento

►► Long Covid Acts es una entidad que cuenta con colectivos de pacientes de covid persistente de varias autonomías españolas, entre ellas Aragón. Hasta ahora, cuentan en un manifiesto, «nadie ha sabido explicar a qué responde esa continuidad de unos síntomas que no desaparecen». Se sienten, en parte, abandonados, porque el estrés al que está sometida la sanidad no permite que los médicos empleen su tiempo en estos pacientes. «No existen protocolos para abordar este tipo de evolución de la enfermedad», dicen. Por todo ello, quieren que se realice un recuento de todas las personas afectadas por una clínica persistente de covid y que se investigue para conocer sus dolores se deben a la persistencia de la infección por coronavirus o son secuelas. Además, desde Long Covid Acts sugieren que se creen centros de atención integrados en los que estos pacientes puedan ser tratados sin vagar de especialista en especialista. Piden también que se respeten sus derechos como enfermos y enfermas: «Es irregular dar de alta a un paciente por vía telefónica sin haber tenido la oportunidad de ser atendido presencialmente», reza el comunicado. Aseguran también que tienen derecho a conocer el motivo del alta si los síntomas persisten y a impugnar un alta.

El Ministerio también habla en su informe sobre la «especulación» de que los síntomas en este tipo de pacientes pudieran atribuirse al estrés emocional, pero según las pruebas que se han realizado a determinados grupos de personas contagiadas y que no se han contagiado, sí que existe una relación entre haber dado positivo y la persistencia de síntomas. Este es, de todas formas, uno de los problemas al que se tienen que enfrentar los pacientes de covid persistentes, que tienden a sentirse incomprendidos en sus ámbitos laborales (muchos no pueden seguir trabajando) y familiares, además de por sus médicos.

«Hay que unificar criterios y que las personas con covid persistente sean atendidas según un protocolo establecido porque, ahora mismo, existen los dos extremos: pacientes que recorren muchos especialistas y a los que se les hacen pruebas por cada síntoma que padece; y otros a los que, por el contrario, se les dice que ya se les pasará y a los que recetan ansiolíticos para rebajar la agustia», explica Asún Gracia, que vocal de la Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia. Junto con la Long Covid Acts han elaborado una guía y un «kit de atención» para que los profesionales de la salud sepan cómo atender a las personas con esta enfermedad.

Así, uno de los objetivos que persiguen desde el colectivo es dar visibilidad a este problema y conseguir que aumenten los recursos para investigar sobre esta enfermedad, todavía muy desconocida. En Aragón, hacen un llamamiento a aquellas personas que se sientan identificadas con estos síntomas para que se unan a ellos a través del correo covidpersistentearagon@gmail.com. «Juntos avanzaremos en la lucha contra el virus y en el cuidado de los pacientes», dicen. ≡



Delphine Crespo.

peramos que esto no sea para siempre», pide.

«He perdido mucha masa muscular y he perdido tonicidad en las cuerdas vocales. Es muy difícil de explicar, pero lo cierto es que yo ya no puedo hacer mi vida normal. Puedo trabajar porque estoy en un puesto de oficina, pero

mi ocio se ha reducido. No puedo hacer yoga, no puedo salir a pasear ni hacer excursiones. Y si subo escaleras tengo que hacer pausas», explica. «No imaginaba que iba a envejecer tan rápido», añade. Se unió a la Long Covid Acts para luchar por que se investigue sobre el covid persistente y que, estos pacientes como ella, no se conviertan en los grandes olvidados de la pandemia cuando todo acabe. Y advierte de que es un mal que afecta a todas las edades.

«Anímicamente me encuentro muy bien, pero me han llegado a recomendar ir al psicólogo, cuando mis síntomas son físicos», lamenta. Ahora, anima a todos los que padezcan de covid persistente a unirse al colectivo para conseguir visibilización.

JAVIER TOMÁS

«Te preguntas por qué te pasa esto a ti»

El covid persistente afecta más a las mujeres, pero los hombres no se libran. En muchos casos, afecta a personas acostumbradas a hacer ejercicio y con una buena forma física. Javier Tomás, de 36 años, coincide con este perfil. Se contagió en julio y todavía hoy padece fuertes dolores torácicos y en la espalda, así como cansancio general. «Unos días estoy mejor que otros y por suerte mi trabajo no requiere esfuerzo físico, por lo que he podido seguir».

Tras contraer la enferme-

dad, estuvo encerrado en su cuarto seis semanas. Después de contagiarse tuvo fiebre y sentía cansancio, pero los síntomas no eran preocupantes. El problema es que no negativizaba: las PCR daban positivo y las serologías indicaban que no había desarrollado anticuerpos. Cuando por fin pudo salir de su habitación, mes y medio después, sintió un fuerte dolor en el pecho. «Pensaba que tenía una pericarditis y fui a urgencias», cuenta. Las pruebas determinaron que su corazón estaba bien.



Javier Tomás, de 36 años.

Hoy, sigue teniendo dolores.

«Se contagió toda la familia y soy el único que sigue con síntomas. Y te preguntas por qué te pasa esto a ti. No fumo, hago deporte y dieta equilibrada... Jamás había sentido una sensación así», explica. Antes, dice, no necesitaba dormir más de seis ho-

ras para rendir al día siguiente. Ahora sabe que si «fuerza la máquina» y realiza esfuerzos lo va a pagar «con creces». «Tienes que aprender a convivir con esto e ir equilibrando la balanza para evitar una recaída», afirma. En su caso, se unió al colectivo Long Covid para aunar esfuerzos y conseguir que se investigue esta enfermedad, todavía muy desconocida. «Fue un alivio encontrar a más gente involucrada en la difusión de la enfermedad y la lucha por la investigación. Era conocedor de que lo que me pasaba era consecuencia del virus y pertenecer a este colectivo para ayudar a personas que están en tu misma situación e incluso mucho peor, por miedo que de, es una puerta abierta a la esperanza», dice.