ANA GONZÁLEZ MENÉNDEZ, TÉCNICO SUPERIOR EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

Covid persistente, una realidad (II)

TRAS ANALIZAR qué es la COVID-19 persistente y lo que supone vivir con ella, necesitamos plantearnos qué retos nos esperan en el futuro.

A día de hoy, se están realizando diversos estudios para conocer más acerca de las afecciones persistentes a la COVID-19. Así, se pretende tener una mejor idea de quiénes tienen afecciones persistentes al COVID-19 utilizando diferentes enfoques para comparar datos. Por ejemplo, en algunos estudios se busca la presencia de afecciones persistentes al COVID-19 con base en los síntomas mencionados por los pacientes, mientras que en otros se recopilan los síntomas y afecciones que figuran en los registros médicos.

En algunos estudios se pone la atención sólo en personas que han sido hospitalizadas, mientras que en otros se incluye a personas que no han sido hospitalizadas. Es debido a estos enfoques que las estimaciones de la cantidad de personas que tienen afecciones persistentes al COVID-19 pueden ser muy diferentes dependiendo de quiénes hayan sido incluidos en el estudio y de cómo y cuándo se recopiló la información.

Aunque hay varios estudios al respecto, aún seguimos aprendiendo sobre el COVID-19 persistente. La información varía continuamente, pero los objetivos de todas las investigaciones que se realizan son claros:

- Identificar mejor los síntomas y diagnósticos más frecuentes de los pacientes con afecciones persistentes al COVID-19.
- Saber con exactitud cuántas personas tienen afecciones persistentes al COVID-19 y con qué frecuencia las personas infectadas por el COVID-19 luego tienen afecciones persistentes al COVID-19.
- Conocer más sobre los factores de riesgo y factores de protección, incluidos qué grupos pueden tener más riesgo y si diferentes grupos tienen diferentes síntomas.
- Ayudar a entender cómo las afecciones persistentes al COVID-19 limitan o restringen la actividad diaria de las personas.
- Ayudar a identificar a los grupos que se vieron más afectados por las afecciones persistentes al COVID-19, que no tienen acceso a la atención y el tratamiento de las afecciones persistentes al COVID-19 o que sufren el estigma.
- Comprender mejor el rol que cumple la vacunación en la prevención de las afecciones persistentes al COVID-19.
- Colaborar con grupos de profesionales de la salud para crear y ofrecer guías clínicas y otros materiales educativos para los proveedores de atención médica, los pacientes y el público en general.

No podemos decir un número exacto de personas afectadas por COVID-19 persistente, pero el Ministerio de Sanidad estima que aproximadamente:

- 1 de cada 5 personas tiene algún síntoma tras 5 semanas de la infección.
- 1 de cada 10 personas tiene algún síntoma tras 12 semanas de la infección.

Estaríamos hablando de un porcentaje de la población bastante alto que podría presentar COVID-19 persistente. El Centro para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) estima que entre el 5% y el 30% de la población podría presentar COVID-19 persistente.

¿Cómo ha afectado el Covid-19 persistente al sistema sanitario?

Todos conocemos el efecto que la pandemia de COVID-19 tuvo sobre el personal sanitario. La mayoría de los contagios se produjo entre los sanitarios, que fueron los que se enfrentaron al virus en primera línea, siendo además la carga vírica mayor. Debido a esto, es uno de los colectivos que mayor porcentaje de personas con COVID-19 persistente tienen.

Estos contagios se produjeron además durante la realización del trabajo, y en muchos casos debido a la falta de protecciones que son obligatorias y básicas, como son los Equipos de Protección Individual (EPI).

Indicar que el número de personas que no se diagnostican pero padecen COVID-19 persistente incrementa el uso de los recursos sanitarios y el gasto económico en general. Además, debido al desconocimiento del COVID-19 persistente se realizan muchas pruebas, lo que aumenta aún más el gasto económico, y no se trata adecuadamente el COVID-19 persistente. Hay un retraso en el diagnóstico que influye en el estado de salud de quienes lo padecen. Mientras no se diagnostica, no se está tratando adecuadamente y los síntomas pueden incluso empeorar.

¿Cómo deberíamos tratar a quienes padecen Covid-19 persistente?

El objetivo de los sanitarios es poder ser capaces de controlar las afecciones de COVID-19 persistente para mejorar la funcionabilidad y calidad de vida de quienes lo sufren.

Lo ideal sería considerar el tratamiento desde un punto de vista multidisciplinar, ya que el COVID-19 persistente afecta a varios órganos.

Tampoco hay que olvidarse de la afectación mental de los pacientes, así como de su situación personal y económica. El COVID-19 persistente tiene una gran afectación mental en quienes lo padecen, que no saben cómo se van a encontrar en el futuro y cuya vida cambia completamente. El tratamiento mental debería también incluir al entorno cercano a los pacientes.

Es importante, igualmente, establecer y comunicar a los pacientes unos objetivos de tratamiento claros y alcanzables. La transparencia es crucial. Los pacientes deben ser conscientes de que se trata de una condición de la que aún se desconocen muchas cosas y que según vayamos sabiendo más puede haber cambios en los tratamientos y en los objetivos. También deben saber que con el mismo tratamiento algunos pacientes mejoran mientras que otros continúan con síntomas o incluso experimentan empeoramiento.

No hay que descartar síntomas que nos comuniquen de los que se desconozca su conexión con el COVID-19 persistente, prestando atención al paciente.

Actualmente, se están realizando terapias de respiración, rehabilitación, unidad del dolor, logopedia, meditación, nutrición, etc. El seguimiento del paciente es importante para poder ir adaptando el tratamiento a la evolución de los síntomas.

Para que todo esto ocurra, los sanitarios deben disponer de la información actualizada y de los estudios que se realizan sobre COVID-19 persistente para poder evaluar y tratar a los pacientes de la mejor manera posible y brindarles apoyo. Hay que seguir estando informados y actualizados.

Los retos del Covid-19 persistente

Como hemos visto, un gran desafío que tenemos por delante es informar a la población en general y mantener a los sanitarios informados en particular.

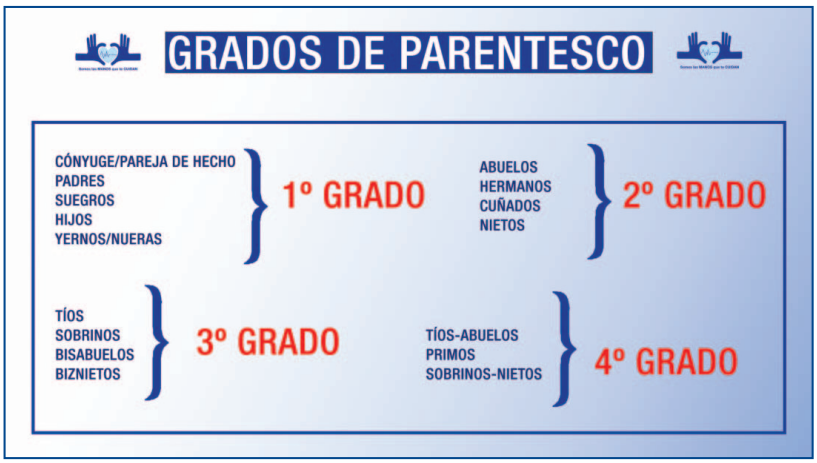
Otro desafío es catalogar el COVID-19 persistente como enfermedad profesional y no contingencia común.

En España, el Instituto Nacional de la Seguridad Social califica el COVID-19 persistente como contingencia común a pesar de haberse producido el contagio en un ambiente sanitario y en el ejercicio de las funciones propias de los colectivos sanitarios, por lo que la contingencia debería de ser calificada como profesional.

Está claro que el COVID-19 persistente de nuestro colectivo en muchos casos deriva del contagio del COVID-19 en el Centro de Trabajo y durante el ejercicio de las funciones de los sanitarios, contagio que se produjo bien por contacto directo con pacientes infectados y/o por deficiencia en los EPIS facilitados.

Debemos implantar más unidades especializadas en COVID-19 persistente y, por supuesto, que se mantenga la visión multidisciplinar. Puesto que el COVID-19 persistente afecta a varios órganos y no únicamente a uno (afección multisistémica), debemos tratar todo en conjunto. Para ello es necesario una inversión económica y de recursos, es decir, personal capacitado para tratar con estos pacientes. Así se posibilitará una mejora en el tratamiento de los pacientes para aumentar su calidad de vida y el manejo de los síntomas y disminuirá el diagnóstico y los recursos empleados en la detección del COVID-19 persistente.

Hay que tener en cuenta que aquellos pacientes que pueden trabajar, en muchos casos va a ser necesaria una adaptación de su puesto de trabajo así como un apoyo antes y después de la reincorporación. Extender la información sobre el COVID-19 persistente al entorno laboral de manera que las mutuas y las empresas puedan adaptar los puestos de trabajo adecuadamente y garantizar la salud de estas personas disminuirá las bajas laborales derivadas de la inadecuación del puesto de trabajo a quienes padecen COVID-19 persistente.

Por supuesto, no deberíamos olvidarnos de las vacunas, que deberían ser una prioridad y seguir aplicándose a la población más vulnerable así como aumentar el conocimiento sobre las mismas, que la población sepa cuándo vacunarse y qué riesgos tienen, de manera que no haya un miedo a la vacunación. Hay, ante todo, que continuar investigando para aprender más sobre los síntomas del COVID-19 persistente y cómo mitigarlos, mejorar la detección y los tratamientos, crear vacunas más efectivas y con menos efectos secundarios, poder predecir los grupos que tienen mayor riesgo de desarrollar COVID-19 persistente para adelantarnos con medidas preventivas, etc.

Como se ha comentado, nos encontramos ahora mismo en "la punta del iceberg", pudiendo, según la CDC padecer COVID-19 persistente entre un 5% y un 30% de la población.