

SALUD LABORAL

nº 822

COVID PERSISTENTE: ¿Cuáles son sus síntomas y cómo nos afectan?

El Covid persistente puede aparecer incluso pasados uno o dos meses desde la curación “clínica” y los síntomas se pueden prolongar durante semanas.



¿Qué entendemos por COVID persistente?

Es una nueva afección presente en personas que han sufrido la infección por el virus SARS-CoV-2, que no tiene relación con cómo ha sido su proceso en la fase aguda. También se conoce como “COVID prolongado”, “síndrome COVID crónico” “long COVID” o “síndrome de COVID postagudo”. El Covid persistente es un síndrome crónico resultante de la tormenta inflamatoria provocada por Covid-19. Se caracteriza por la persistencia de síntomas doce semanas después de superada la fase aguda del covid-19 y dar lugar a más de 50 síntomas.

¿Cuáles son los principales síntomas?

Los síntomas son variados y pueden presentarse tanto individualmente como en diferentes combinaciones. Pueden ser transitorias o intermitentes, cambiar de naturaleza con el tiempo o ser constantes. En general, la extensión de los síntomas es mayor cuanto mayor es la gravedad de la enfermedad. Pero también puede acompañar a personas que en la fase de la infección de Sars-CoV-2 han experimentado solo síntomas leves

Los síntomas más limitantes, en cuanto a su repercusión en el ámbito laboral, son:

- **A nivel físico:** fatiga, astenia, disnea, afonía, tos, dolor en las articulaciones...

- **A nivel psicológico:** ansiedad, depresión, insomnio, trastorno de estrés postraumático...
- **A nivel neurológico:** “niebla mental”, pérdida de memoria, dificultad para encontrar palabras, problemas de atención o abrumarse por tareas simple, desorientación, olvidos, confusión y dificultad para concentrarse, cefaleas, crisis epilépticas...
- **A nivel cardiovascular:** taquicardias o edemas.
- Otros síntomas como dolores musculares, pérdida del olfato o malestar general.

¿Por qué aparece la COVID persistente?

No se conoce muy bien el mecanismo que lo desencadena, aunque hay tres hipótesis principales:

- **El virus se mantiene en el organismo**, originando una infección latente o crónica.
- La infección desencadena una tormenta inflamatoria, generando una respuesta inmunitaria inflamatoria tardía.
- **La existencia de autoanticuerpos**, alterando la función inmunológica.

¿Quién puede presentar COVID persistente?

Los más expuestos al riesgo de desarrollar Covid persistente son los expacientes que han pasado por formas graves, los ancianos, las personas con otras patologías y las mu-



jeros. Aquellos que han tenido síntomas leves, aunque las probabilidades son menores, no están del todo exentos. Los niños también se ven afectados, aunque muy raramente.

¿Qué puedo hacer para prevenir el desarrollo de la COVID persistente?

- **Mantener las medidas que han demostrado eficacia frente al contagio:** Ventilación, higiene de manos, uso de mascarilla, distanciamiento social y reducción de los contactos con otras personas.
- **Vacunarse:** Actualmente hay estudios que demuestran que la vacunación podría producir una mejora significativa de los síntomas en las personas que presentan COVID persistente.

Vuelta al trabajo

El Covid persistente puede dificultar que las personas regresen al trabajo ya que repercute en la población trabajadora en su capacidad laboral y condiciona la prolongación de la incapacidad temporal. Desde USO entendemos necesario conocer cuánto y hasta cuándo los trabajadores van a sufrir estas limitaciones para prolongar su protección.

El procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al virus se verá nuevamente modificado para adecuarse a los nuevos conocimientos sobre el covid persistente, además de establecer nuevos escenarios y niveles de exposición al contagio respecto a las personas vacunadas.

Necesidad de un protocolo específico

El Covid persistente es una nueva patología que condiciona la prolongación de los períodos de incapacidad temporal por infección, dando lugar a limitaciones funcionales que perduran semanas o meses tras la misma. Estas limitaciones pueden ocasionar un retorno laboral dificultoso, por lo que se precisa un protocolo específico para la adecuada valoración de la incapacidad laboral, de las limitaciones fun-

cionales y de la aptitud laboral al momento de evaluar el alta médica, evitando un retorno laboral no saludable

Se debería facilitar la reincorporación al puesto de trabajo adaptándolo para una integración preventiva y efectiva, reduciendo las exigencias en tiempo y carga física y/o mental de forma temporal, procediendo a una incorporación saludable, efectiva y duradera.

Además, la colaboración en la incapacidad temporal de los servicios de prevención es fundamental en la toma de decisiones en el mantenimiento de la baja y o la emisión del alta, realizando una valoración exhaustiva del caso concreto. Los casos límite entre lo incapacitante o no, es decir, esos supuestos con síntomas difusos o de mayor dificultad de objetivar su limitación funcional (como la fatiga, astenia, sensación de falta de aire, trastornos del ánimo, de la atención, de concentración, del sueño, los mareos, las artralgias o las mialgias...), son el mayor conflicto con que se encuentra el personal médico.

Las pruebas diagnósticas, funcionales o analíticas no concluyentes también dificultan la evaluación objetiva de los síntomas del SPC, lo que no es incompatible con tener limitaciones funcionales y que impidan desarrollar el trabajo.

En este sentido, se necesita más tiempo e investigación para comprender los efectos a largo plazo del covid-19: por qué persisten o vuelven a aparecer síntomas; cómo y a quiénes afecta y la evolución clínica y la probabilidad de una recuperación completa.

Hasta ahora, lo que se conoce es que la persistencia de los síntomas se resuelve entre los 3-6 meses tras la fase aguda. Aunque algunos síntomas pueden ir más allá de este plazo. La duración de la incapacidad temporal por el covid persistente deberá adecuarse a la intensidad de los síntomas y al trabajo que se desempeña.

Por ello, es necesario evaluar específicamente los síntomas más habituales de esta patología que conllevan una mayor dificultad para un retorno laboral saludable. Entre estos destacan el cansancio extremo; la dificultad para respirar, el dolor de pecho, los problemas de memoria, atención y función ejecutiva, problemas psicológicos, palpitaciones, mareos o dolor en las articulaciones.

Un momento crítico de la valoración de la capacidad laboral tras una IT por covid-19 se da al evaluar el alta médica que pone fin a la prestación y supone la obligación de la reincorporación al puesto de trabajo. Por este motivo, desde USO solicitamos una nueva modificación del procedimiento, ya que se dan muchos casos, por ejemplo, en hospitales, en los que las personas requieren volver a su puesto de trabajo y no les dan el alta médica; otras que no pueden ser reubicadas en puestos de trabajo sin posible contacto y otras que están vacunadas y tienen la patología subyacente compensada. Así, es necesario articular una nueva modificación del procedimiento que incluya a los vacunados y un protocolo de vigilancia de la salud para los efectos tardíos de la infección. •