

# Larga pandemia y COVID prolongado.

## *Long pandemic and long COVID.*

Agustín Zerón\*

La epidemia de COVID-19 ha presentado una diversidad de características clínicas, histopatológicas y radiológicas, desde la neumonía de origen desconocido, hasta las diversas complicaciones sistémicas postCOVID. Se estima que ya son miles las variantes del SARS-CoV-2, y cada una de estas nuevas variantes difiere genéticamente, pero hasta ahora casi todas tienen una o más mutaciones en la proteína de pico (S) del coronavirus, que juega un papel en la forma en que el virus invade las células humanas. Simplemente, las variantes del coronavirus han acumulado cambios en su genoma, que persisten a medida que el virus pasa de persona a persona. Si los cambios dan como resultado un virus más transmisible, como ha sido la mutación del ómicron, es posible que veamos más y más variantes, particularmente en pacientes infectados y postinfectados.

La COVID prolongada (*long COVID*) tiene otros nombres para referir a las condiciones que aparecen después de la enfermedad. Algunas veces le llaman COVID largo o COVID de larga distancia, COVID crónico, COVID-19 postagudo o simplemente efectos a largo plazo de COVID, también secuelas postagudas del SARS-CoV-2 (PASC). Pero COVID prolongado no es sólo una infección viral por un  $\beta$ -coronavirus. Hay muchos virus, incluso los comunes como el de la influenza y el Epstein-Barr (que desencadena la mononucleosis), infecciones que pueden causar complicaciones graves, a veces de por vida, como dolor crónico, fatiga aplastante y un deterioro cognitivo.

La reciente literatura médica sugiere que la COVID prolongada ocurre en hasta 80% de los pacientes des-

pués de una infección. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de EEUU (CDC). Sugieren que uno de cada cinco adultos que han tenido COVID-19 ahora tienen COVID de larga duración, con la estimación de que las personas no sólo tienen sintomatología persistente, sino también una crisis económica prolongada.

COVID prolongado es considerada por muchos como una pandemia silenciosa que corre paralela a la pandemia de COVID-19. Muchos consultorios de atención primaria en los Estados Unidos y en el mundo están atendiendo a pacientes con posible COVID prolongada, que pueden experimentar síntomas prolongados de COVID en cualquier lugar, desde semanas hasta años después de la infección original.

Muchas personas saben que la COVID puede tener efectos duraderos en los pulmones y el corazón, pero pocos saben que también puede afectar la piel, los músculos, las articulaciones, el tracto digestivo, la salud mental y hasta la menstruación. La naturaleza variada de las condiciones postCOVID puede representar una fuente de confusión clínica.

La realidad es que actualmente sabemos que la COVID-19 afecta a todo el cuerpo, lo que hace que la gestión de la atención primaria sea un desafío para muchos profesionales de la salud, por lo que la información sobre COVID prolongado estará en constante evolución.

Puede haber demasiada información, pero también una extensa confusión entre pacientes y profesionales. Todavía estamos aprendiendo por qué ciertos síntomas

\* Editor en Jefe de la Revista ADM, Postgrado en Endoperiodontología. México.

Citar como: Zerón A. Larga pandemia y COVID prolongado. Rev ADM. 2022; 79 (6): 302-303. <https://dx.doi.org/10.35366/108702>





**Figura 1:**

Las personas con afecciones posteriores a COVID-19 pueden tener diversos síntomas que duren más de cuatro semanas o incluso meses después de la infección.

prolongados de COVID están presentes en ciertas personas y otras simplemente fueron asintomáticas.

Una referencia clínica dice que dos días después del inicio de tos y secreción nasal, los síntomas del paciente evolucionaron a dolores corporales, fatiga, tos persistente y dificultad para respirar. Una prueba rápida de antígeno COVID dio positivo; el médico aconsejó reposo, hidratación y evitar el contacto cercano con otras personas. A pesar de seguir estas recomendaciones, tres semanas después, todavía había fatiga y tos persistente que mantenían al paciente despierto por la noche. En la próxima visita del paciente, cinco semanas después de su diagnóstico inicial, su médico de atención primaria sugirió que podría tener una COVID prolongada.

La realidad es que la COVID prolongada ha despertado un nuevo interés en las diversas enfermedades virales y postvirales que ha llevado a distintos gobiernos a fomentar mayor inversión en la investigación sobre la patogenia, tratamientos y prioritariamente estrategias de prevención. Pero mientras tanto, todos los mortales seríamos más inteligentes si evitáramos lo que ya sabemos que debemos evitar para prevenir una infección de cualquier virus. Para asegurar la autoprotección contra las infecciones basta con aplicar las herramientas que ya conocemos, como el uso de los cubrebocas o mascarillas en espacios públicos, la ventilación en espacios cerrados

y las vacunas que también protegen de por vida contra posibles complicaciones.

Tanto la influenza (gripe) como la COVID-19 son enfermedades respiratorias contagiosas, que se provocan por diferentes virus, y sólo observando los síntomas no es posible diferenciar la influenza del COVID-19, porque algunos de los signos y síntomas son iguales para las dos enfermedades. Es necesario hacer pruebas de detección específicas para saber de qué enfermedad se trata y así confirmar un diagnóstico. Una pregunta constante es sobre si es seguro vacunarse contra influenza y COVID en estas fechas o si se puede vacunar contra la influenza y COVID-19 al mismo tiempo. Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), «las vacunas contra COVID-19 ahora se pueden administrar sin importar el momento de la administración de otras vacunas». Otra pregunta para este fin de año es ¿la pandemia de COVID-19 seguirá solo como la sexta ola o una pandemia prolongada de COVID-23?

Sirvan estas últimas líneas para desearles una muy Feliz Navidad, un prolongado deseo de salud y larga vida durante todo el año 2023 (Figura 1).

**Correspondencia:**  
**Dr. Agustín Zerón**  
**E-mail:** [periodontologia@hotmail.com](mailto:periodontologia@hotmail.com)