

“Long Covid” es el término utilizado para describir la persistencia de los síntomas provocados por la COVID-19. Se considera que uno tiene “Long Covid” cuando hay presencia de síntomas al menos cuatro semanas después del primer contagio.

Es importante resaltar que pacientes de todas las edades han sido diagnosticados con Long Covid, incluyendo personas aparentemente sanas o con alguna enfermedad crónica.

Las personas que padecen de Long Covid pueden presentar síntomas que, al igual que la enfermedad, persisten por varias semanas o meses. Los síntomas más comunes son:

## Síntomas

## Otros síntomas



## ¿Quién podría desarrollar Long Covid?

Es importante resaltar que pacientes de todas las edades han sido diagnosticados con Long Covid, incluyendo personas aparentemente sanas o con alguna enfermedad crónica.

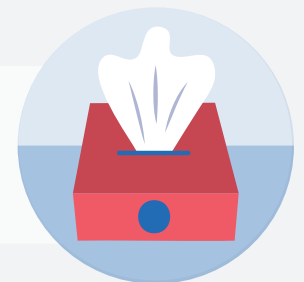


## ¿Cómo tratar Long Covid?

Al momento, no existe un tratamiento específicamente para Long Covid, su manejo se enfoca en disminuir la gravedad de los síntomas.

## Guía de autocuidado

Lo más recomendable es retomar el ritmo de las actividades cotidianas con calma, reducir el estrés y priorizar el cuidado de su salud física y mental. Si se presentan síntomas que limitan su habilidad para regresar a sus actividades habituales, es importante buscar apoyo de un profesional de la salud para recibir orientación.



1

Llamar a su proveedor de cuidados médicos si ha tenido Covid-19 y sigue experimentando síntomas después de cuatro semanas desde el primer día de contagio para recibir una guía.

2

No asuma que cualquier nuevo síntoma está relacionado con Long Covid, ya que puede no estar relacionado y ser parte de otra enfermedad que requiera atención médica.

3

Se debe buscar ayuda médica inmediatamente si se presenta alguno de los siguientes síntomas:

- Repentina y severa falta de aire
- Dolor en el pecho
- Pensamientos suicidas
- Toser sangre
- Dolor de cabeza severo
- Debilidad en sólo un lado del cuerpo y/o alteraciones en el habla