

Long-COVID (SINDROME PÓS-COVID)

10 de Março de 2021

O que é o síndrome Long-COVID ou Pós-COVID 19?

“Long-COVID” ou “síndrome pós-COVID-19” é um espectro de sinais e sintomas que persiste ou se desenvolve após 12 semanas após uma infecção aguda por COVID-19 e que não pode ser atribuído a qualquer outra causa. Foi relatado por um número significativo de pessoas após a recuperação de doença aguda que durou semanas ou mesmo meses.

Quais são os sintomas?

São vários os sintomas presentes no Long-COVID. Podem ocorrer isoladamente ou em conjunto. Eles podem ser transitórios, constantes ou podem mudar com o tempo.

Os sintomas mais comumente relatados são fadiga e falta de ar.

Outros são mencionados abaixo, mas podem não ser limitados a estes:

Respiratório

Tosse

Cardiovascular

Dor no peito, palpitações (batimentos cardíacos altos ou rápidos), aperto no peito

Neurológico

Incapacidade de se concentrar (névoa cerebral), problemas de memória, dor de cabeça, dificuldades para dormir, dormência, sensação de formigueliro

Gastrointestinal

Dor no abdomen, diarreia, náuseas, perda de apetite

Sintomas gerais

Dor nas articulações, dores musculares, febre

Saúde mental

Mudanças de humor, ansiedade, depressão

Ouvido, nariz e garganta

Perda de cheiro e/ou paladar, dor de ouvidos, dor de garganta

Pele

Erupções cutâneas, queda de cabelo.

Quem está em risco?

Dados preliminares mostram que qualquer pessoa que tenha tido uma infecção por COVID-19 (mesmo que tenha sofrido doença leve) pode desenvolver Long-COVID. Alguns dados sugerem que pessoas com resposta imunológica fraca face à infecção, mulheres e aqueles que sofreram de doença grave têm maior probabilidade de apresentar Long-COVID.

Tenho sintomas de Long-COVID, devo entrar em contato com o meu médico?

Consulte o seu profissional de saúde se:

- Desenvolveu ou tem sintomas persistentes, além de 12 semanas de recuperação
- Os seus sintomas pioraram ou mudaram

Se eu estiver com sintomas de Long-COVID, posso estar perto de outras pessoas?

Embora as pessoas geralmente não sejam infectadas, pode ser aconselhado a fazer um teste se o seu profissional de saúde considerar necessário. As estatísticas iniciais indicam que a eliminação viral não foi associada ao Long-COVID.

Que testes posso realizar se tiver Long-COVID?

O seu médico pode recomendar testes com base nos seus sintomas e sinais. Isso pode incluir exames de sangue, exames para avaliar os seus sistemas de órgãos e imagens, tais como raios-X. O acompanhamento pode ser necessário com base nos resultados.

Como é o tratamento?

Os dados sobre o Long-COVID são limitados e a pesquisa está em andamento. O seu médico pode fornecer tratamento de suporte para os seus sintomas e aconselhar avaliação e posterior acompanhamento. Pode ter necessidade de ser referenciado para especialidade se houver envolvimento de órgãos e sistemas específicos ou se for necessário cuidado secundário.

O que posso fazer para prevenção ou melhoria? ?

Não existem medicamentos para prevenir o Long-COVID. No entanto, algumas medidas sugeridas que podem ajudar incluem:

- Consulte o seu profissional de saúde sobre os seus sintomas, incluindo sintomas de saúde mental, se existirem.
- Pergunte sobre as possíveis implicações dos seus sintomas
- Mantenha um registo dos seus sintomas e acompanhe o progresso e a recuperação.
- Procure informações sobre como gerir os seus sintomas.
- Esteja ciente dos possíveis sintomas que podem precisar de atenção urgente.
- Quem deve contactar em caso de emergência

Que tipo de suporte / recursos estão disponíveis para mim?

Peça ao seu profissional de saúde ou agência de saúde local mais informações sobre grupos de apoio.

Disclaimer

This information has been developed for educational purposes only. It is not a substitute for professional medical advice. Should you have questions or concerns about any topic described here, please consult your healthcare professional.