



# RECOVER

Investigación sobre el COVID para  
Mejorar la Recuperación

Una iniciativa financiada por los Institutos Nacionales de la Salud

Otoño 2024

## Boletín informativo de RECOVER

¡Gracias por ser parte del estudio RECOVER!  
Queremos dar las gracias a los participantes por  
ayudarnos a aprender más sobre el COVID persistente.

Este boletín informativo se creó para compartir con usted las  
últimas actualizaciones del estudio RECOVER.



### VOCES DE RECOVER

#### Jessi

*Participante, Washington*

Jessi llevaba una vida acelerada, equilibrando su trabajo como maestra de inglés de una escuela secundaria y comenzando el programa de teatro de la escuela. Pero todo cambió cuando tuvo su primera infección por COVID en 2020. Comenzó con fiebre alta, dolor de cabeza intenso y la sensación de que sus órganos "simplemente dolían". Pensó que lo peor había pasado después de 2 semanas de enfermedad. Entonces, regresó al trabajo, solo para encontrarse durmiéndose en su escritorio. Por 8 meses, Jessi tuvo muchas pruebas médicas, fue a la sala de emergencias frecuentemente y también tuvo 2 cirugías del corazón. Las cirugías trataron de corregir una arritmia, que es un ritmo anormal del corazón. Los doctores finalmente dijeron que ella tenía síndrome de taquicardia ortostática postural (POTS, por sus siglas en inglés). POTS hace que el corazón lata más rápidamente en cuanto uno se pone de pie. Puede causar que se siente mareado o que se desmaye.

Desde el día en que contrajo COVID en 2020, la vida de Jessi cambió. Comenzó a necesitar dispositivos de asistencia, como una silla de ruedas, para ayudarla a sobrellevar cada día. Después del trabajo, tenía que dormir en lugar de hacer tareas diarias. No pudo hacer cosas que se acostumbraba a hacer

porque tenía muy poca energía. Entonces, tomó la decisión difícil de dejar su trabajo. Ahora, piensa en su energía como una batería y cuidadosamente planea como usarlo cada día.

"Ahora hago como la mitad de lo que normalmente haría, y a veces eso es demasiado. Pero sin importar el porcentaje que tenga para dar, estoy dando al 100%, porque eso es lo que tengo", explica. "Ahora soy muy diferente de lo que era", dice, "pero me gusta pensar que eso es para mejor. Esta experiencia me ha hecho más empática [y] me ha permitido reconocer mis límites". Cuando se le preguntó qué consejo daría a otras personas que viven con COVID persistente (cuando los síntomas permanecen por largo tiempo), dijo: "no tener miedo de abogar por uno mismo". Si bien podría ser difícil explicar el COVID persistente a las personas que no lo han sufrido. Pero es importante que hable acerca de cómo se siente para ayudar a otros a comprender.

Jessi y  
su hija, Fia



## SU PARTICIPACIÓN MARCA LA DIFERENCIA

Gracias a usted, estamos haciendo descubrimientos importantes que nos ayudan a comprender mejor el COVID persistente. La siguiente infografía muestra lo mucho que están haciendo los participantes del grupo (cohorte) de adultos y el grupo pediátrico. A medida que avance el estudio, estos números aumentarán. Le animamos a que siga completando las actividades del estudio para que juntos podamos marcar una gran diferencia.

### ENCUESTAS SOBRE SÍNTOMAS

Estas encuestas le preguntan cómo se siente. Todos completan las encuestas, ya sea que hayan tenido COVID en el pasado, que tengan COVID ahora o que nunca lo hayan tenido.



**83,846** adulto **17,596** pediátrico

### RESULTADOS DE LOS ANÁLISIS DE LABORATORIO

Los análisis de laboratorio estudian las muestras tomadas durante procedimientos, como biopsias para adultos y saliva para niños.



**1,186,280** adulto **16,632** pediátrico

### VISITAS AL CONSULTORIO

Chequeos médicos de su peso, estatura, presión sanguínea, ritmo cardíaco, cómo reacciona su cuerpo al ponerse de pie y otras pruebas.



**31,374** adulto **3,815** pediátrico

### MUESTRAS DE SANGRE

Los investigadores de RECOVER examinan cuidadosamente las células de la sangre en busca de cosas que puedan estar relacionadas con el COVID persistente.



**32,350** adulto **16,346** pediátrico

### PRUEBAS DE OLFATO

Esta prueba ayuda a los investigadores de RECOVER a comprender su sentido del olfato usando tarjetas para rascar y oler.



**4,428** adulto

### ESCÁNERES DE TÓRAX

Esta prueba usa rayos X para ver si sus pulmones están sanos o si usted tiene dificultad para respirar.



**3,196** adulto

### PRUEBAS DE FLEXIBILIDAD

Las pruebas de flexibilidad examinan cómo se mueven las articulaciones, para comprobar hasta qué punto pueden doblarse los dedos, los pulgares, los codos y las rodillas.



**2,348** pediátrico

### PRUEBAS DE PENSAMIENTO

Chequeo médico de sus habilidades de pensamiento, como la memoria, la concentración y la resolución de problemas, para comprobar qué tan bien está funcionando el cerebro.



**2,443** pediátrico

### La Dra. Monica Verduzco-Gutierrez

Investigadora del estudio RECOVER y directora de la Clínica sobre el COVID persistente en University of Texas Health Science Center at San Antonio (UTHSCSA)

La Dra. Monica Verduzco-Gutierrez tiene una conexión fuerte con sus pacientes y comprende los desafíos que enfrentan a nivel personal. Ella trabaja en la medicina física y la rehabilitación. Su objetivo es ayudar a las personas a recuperarse y recuperar sus habilidades después de lesiones en el cerebro, la médula espinal, los músculos, los huesos y las articulaciones. Como alguien que era corredora y todavía es muy activa, se siente identificada con muchos de sus pacientes que eran deportistas pero que han perdido la capacidad de hacer lo que les gusta debido a sus afecciones.

"Veo a pacientes que conocen bien sus cuerpos", dice la Dra. Gutierrez. "Me dicen cosas como 'podía salir y correr maratones, y ahora apenas puedo caminar por la calle sin que me cueste respirar o se me acelere el corazón". Al trabajar junto con doctores de muchas otras especialidades, la Dra. Gutierrez tiene como objetivo tratar al paciente en su totalidad, no solo un síntoma específico. Desea ayudar a personas con COVID persistente a recuperar su capacidad de hacer tareas diarias otra vez. Esto les permite disfrutar de sus pasatiempos y pasiones, aunque no puedan hacerlo como antes.

La Dra. Gutierrez siente una gran pasión por asegurar que las personas con COVID persistente reciban la atención que necesitan. Esto la llevó a hablar sobre el acceso a la atención de la salud ante el Congreso de los EE. UU.

**Obtenga más información sobre el discurso de la Dra. Gutierrez ante el Congreso de los EE. UU. en:**  
[recoverCOVID.info/DiscursoAlCongreso](https://recoverCOVID.info/DiscursoAlCongreso)



"Como defensora de las personas con COVID persistente, solo puedo hacer tanto por ellas cuando las veo de una en una. El Congreso tiene un papel en asegurar de que reciban los servicios que necesitan".



### Caracterización del COVID persistente en niños y adolescentes

Este estudio RECOVER es uno de los primeros de su tipo en ver los síntomas del COVID persistente en grupos de niños de diferentes edades. Los investigadores de este estudio crearon una nueva herramienta de investigación para ayudar a identificar a los niños que tienen más probabilidades de tener el COVID persistente. El estudio preguntó sobre los síntomas a largo plazo en los niños de edad escolar (de 6 a 11 años de edad) y adolescentes (de 12 a 17 años de edad). Los investigadores luego compararon los síntomas de los que tuvieron COVID y los que no lo tuvieron.

Para los niños de edad escolar con COVID persistente, los síntomas más comunes fueron

problemas de memoria o de concentración, dolor de espalda o cuello, dolor del estómago, dolor de cabeza, miedos, negarse a ir a la escuela, sarpullidos, problemas para dormir, náusea o vómitos y mareos. Para los adolescentes con COVID persistente, los síntomas más comunes fueron cambios en o pérdida del olfato o del gusto, dolor de huesos, músculos o articulaciones, dolor de espalda o cuello, estar cansado por todo el día o después de caminar, poca energía, problemas de memoria o concentración, dolor de cabeza y mareos.

El estudio muestra que los síntomas del COVID persistente pueden afectar casi todas las partes del cuerpo. También encontró que, mientras muchos síntomas fueron similares entre ambos grupos de edad, había algunas diferencias. Comprender por qué las diferencias ocurren puede ayudar a crear tratamientos futuros del COVID persistente para niños basados en sus edades.

Lea el artículo completo en:  
[doi:10.1001/jama.2024.12747](https://doi.org/10.1001/jama.2024.12747)



¡Comparta sus pensamientos!



[RECOVERcovid.info/  
comentarios](https://RECOVERcovid.info/comentarios)

¡Queremos saber más sobre usted! Responda esta breve encuesta para hablarnos de usted y de lo que piensa sobre este boletín informativo.



### SU PRIVACIDAD ES IMPORTANTE

Su privacidad es importante para nosotros. Seguiremos cumpliendo todas las leyes para proteger su información personal, incluida la Ley de Portabilidad y Responsabilidad de los Seguros Médicos (HIPAA, por sus siglas en inglés), que es una ley federal que requiere que los investigadores y profesionales de cuidado médico sigan reglas de privacidad específicas al manejar información de los pacientes.