



# RECOVER

Investigación sobre el COVID para  
Mejorar la Recuperación

Una iniciativa financiada por los Institutos Nacionales de la Salud

Primavera 2025

## 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.



### INSCRIPCIÓN COMPLETA PARA EL ESTUDIO DE OBSERVACIÓN RECOVER



El 31 de diciembre de 2024, RECOVER completó de inscribir a los niños y adolescentes para el grupo (cohorte) pediátrico. Completamos la inscripción de adultos y personas embarazadas a fines de 2023. ¡Ahora, el Estudio de Observación RECOVER tiene todas las personas que necesitamos!\*

A pesar de que ya terminamos de inscribir a los participantes, nuestro trabajo no ha terminado. Los investigadores seguirán estudiando el COVID persistente usando la información de sus visitas y pruebas del estudio. Al observar los datos de los participantes, los investigadores pueden comprender mejor qué puede causar COVID persistente, buscar nuevas formas de tratarlo y encontrar maneras de evitar que las personas lo contraigan. Esta investigación ayudará a los doctores a cuidar mejor a todas las personas en el futuro ¡Gracias por ser parte de este proceso histórico!

\* El grupo de patología de los tejidos continúa honrando las donaciones de tejidos.

### ESTÁ MARCANDO LA DIFERENCIA

El 15 de marzo de 2025 es Long COVID Awareness Day (Día de Concientización Sobre el COVID Persistente)—un momento para apoyar a los millones de pacientes, cuidadores y miembros de la comunidad que viven con el COVID persistente. RECOVER está con usted. Nuestro proyecto seguirá compartiendo cómo el COVID persistente ha cambiado vidas y por qué estudios de investigación como RECOVER son tan importantes.

Para obtener más información sobre el Día de  
Concientización Sobre el COVID Persistente, visite:  
[recoverCOVID.info/Concientización-Primavera2025](https://recoverCOVID.info/Concientización-Primavera2025)



## La familia Peterson

*Participantes del grupo pediátrico, Rhode Island*

Millones de familias en todo el mundo han visto y sentido el impacto de la pandemia de COVID-19. Para algunas familias, como los Peterson, esos efectos han durado mucho más de lo esperado. Antes de tener COVID por primera vez en 2020, los Peterson eran una familia activa y ocupada. Olivia, la niña más grande, adoraba organizar juegos con sus vecinos, como carreras y concursos para mojarse con agua. Will disfrutaba de la ciencia y de jugar al aire libre. Ambos niños se destacaban en karate y ganaron sus cinturones marrones. Pero todo cambió cuando tuvieron COVID. Olivia y Will comenzaron a sentirse cansados todo el tiempo y no podían jugar al aire libre como antes. Algunos días, estaban tan cansados que dormían todo el día y la noche. Tenían dolores de los músculos y dolores de cabeza intensos. Sus síntomas eran tan intensos que tuvieron que dejar de ir a la escuela.

Aunque Amy, su madre, no contrajo COVID persistente, hace unos años desarrolló encefalomiélitis miálgica o síndrome de fatiga crónica (ME/CFS, por sus siglas en inglés) después de enfermarse con un virus diferente. La ME/CFS hace que el cuerpo y cerebro estén muy cansados, por lo que ella tiene que quedarse en cama mucho tiempo. El COVID persistente y la ME/CFS son similares porque algunas personas con COVID persistente también se sienten agotadas por períodos de tiempo largos. La ME/CFS también puede ocurrir en personas que han tenido COVID. Aunque la experiencia de Amy con la ME/CFS no se relacionó con el COVID persistente, le permitió a su familia comprender lo que estaba pasando cuando los niños desarrollaron COVID persistente.

Recientemente, RECOVER descubrió que los síntomas de COVID persistente pueden ser muy diferentes en cada persona, sobre todo en los niños. Esto significa que las familias que enfrentan COVID persistente a menudo tienen muchas necesidades diferentes a la vez. Los Peterson han encontrado maneras de hacer su hogar más cómodo para todos. Olivia a veces necesita dormir mientras otros están cenando, pero cuando se despierta a las 3 a. m., en el refrigerador hay comida para que pueda prepararse un plato fácilmente. A Will le cuesta comer verduras debido a sus problemas del estómago, por lo que come un poco de albahaca y menta frescas que la familia cultiva.

*Los niños Peterson disfrutaban hacer animales de origami.*



En estos días, cada persona duerme en diferentes momentos.

Los Peterson tienen una zona para dormir y una zona de actividad. La zona para dormir es fresca y oscura. La zona de actividad tiene un televisor, ventanas grandes por las que entra el sol, una computadora y meriendas saludables. Esta configuración ayuda a todos a descansar y asegura que quien esté despierto pueda disfrutar de actividades divertidas, como jugar con Legos o hacer origami. "Hemos organizado nuestras vidas para hacer las cosas más fáciles", explica Amy. "También intentamos mantener la calma y ser amables entre nosotros". La vida es muy diferente ahora para los Peterson, pero trabajan juntos para apoyarse y cuidarse unos a otros.



## El Programa de Salud Digital de RECOVER llega a su fin

Agradecemos a todos los que han sido parte del Programa de Salud Digital (DHP, por sus siglas en inglés) de RECOVER.

Gracias a usted, nos estamos acercando a tener suficientes datos de salud digital para ayudarnos a comprender mejor el COVID persistente. El DHP le ha dado a RECOVER información importante sobre el modo en que el COVID persistente puede afectar a alguien con el tiempo. Ahora, los líderes de RECOVER han decidido enfocar su tiempo y financiamiento limitados en otros estudios, como los que exploran el tratamiento del COVID persistente. Debido a esto, el DHP terminará pronto.

**¡Por favor, sigue usando su Fitbit de RECOVER hasta el 7 de abril de 2025 y ayúdenos a alcanzar nuestras metas!**

Puede quedarse con su Fitbit y usarlo una vez que termine el programa—no es necesario que lo devuelva. Recuerde continuar con sus visitas regulares de RECOVER y completar sus encuestas. Su participación sigue marcando una diferencia en la comprensión del COVID persistente al ayudar a los investigadores a recopilar datos importantes.



## COMPRENDER LA INVESTIGACIÓN

### COVID persistente y ME/CFS en adultos

Un nuevo estudio RECOVER descubrió que los adultos que tuvieron COVID tenían más probabilidades de desarrollar una afección llamada encefalomiелitis miálgica o síndrome de fatiga crónica (ME/CFS, por sus siglas en inglés) en comparación con aquellos que no habían tenido COVID. La ME/CFS puede ser muy grave y es similar a muchas formas de COVID persistente. En las personas con ME/CFS, incluso pequeños esfuerzos pueden llevar a días o semanas de agotamiento físico y mental. Los investigadores estudiaron a casi 13,000 participantes de RECOVER y descubrieron que 4.5 % de los adultos que habían tenido COVID en el estudio luego desarrollaron ME/CFS, mientras que solo 0.6 % de los que no habían tenido COVID desarrollaron ME/CFS. Estos descubrimientos muestran que los profesionales de la salud necesitan estar informados de que la ME/CFS puede desarrollarse después de una infección por COVID.

"Es importante mostrar el aumento del riesgo de ME/CFS después de tener COVID. Puede ayudarnos a comprender estas enfermedades y encontrar soluciones para la ME/CFS, el COVID persistente y otras enfermedades crónicas (de larga duración) que pueden ocurrir después de contraer un virus".—Emily Taylor, Representante de RECOVER y coautora de este artículo.

Lea el artículo completo en el *Journal of General Internal Medicine* en:

[recoverCOVID.info/ME/CFS-Primavera2025](https://recoverCOVID.info/ME/CFS-Primavera2025)

Para obtener más información sobre la ME/CFS, visite:

[recoverCOVID.info/ME/CFSHechos-Primavera2025](https://recoverCOVID.info/ME/CFSHechos-Primavera2025)

### Serie de videos Discover RECOVER

Explore la serie de videos cortos de RECOVER, **Discover RECOVER**, que presentan los descubrimientos de los estudios.

Mire los videos aquí:

[recoverCOVID.info/DiscoverRECOVER-Primavera2025](https://recoverCOVID.info/DiscoverRECOVER-Primavera2025)

### Dra. Jessica Kosut, sobre el rol único de Hawái en la investigación pediátrica del COVID persistente

La Dra. Jessica Kosut es jefa de la División de Medicina Pediátrica Hospitalaria y directora médica de Pediatría Interna en el Kapiolani Medical Center for Women & Children en Honolulu, Hawái. Está trabajando para comprender y mejorar la atención de niños con COVID persistente. Al crecer en Cupertino, California, aprendió cómo los diferentes puntos de vista pueden ayudar a resolver problemas difíciles, una habilidad que usa en su trabajo como investigadora de RECOVER.

Hawái es uno de los lugares más diversos desde el punto de vista étnico en los EE. UU., y la Dra. Kosut considera que esto es importante para la investigación del COVID persistente. Estudiar el COVID persistente en niños es un desafío, especialmente porque los más pequeños quizás no saben explicar sus síntomas. Las encuestas pueden ayudar, pero no muestran el panorama completo de la salud de una persona. Al incluir a niños de muchos orígenes, su centro ayuda a RECOVER a aprender cómo el COVID persistente afecta a los niños de nuevas maneras.

El equipo de la Dra. Kosut se asegura de que las familias en su centro se sientan bienvenidas y valoradas. Crean boletines informativos para la comunidad local con detalles atractivos, como dibujos sobre eventos en los días festivos de Oahu que podrían interesarles a los participantes. Las familias de los grupos de enfoque compartieron que, en general, no obtienen los resultados de los estudios, por lo que su equipo priorizó compartir actualizaciones con las familias. Al celebrar la diversidad de la comunidad y establecer conexiones, su trabajo ayuda a la investigación para niños de todo el país y a mantener a las familias informadas y parte del proceso.



"Queremos que la investigación refleje las experiencias de cada niño", afirma la Dra. Kosut

### ¡Comparta sus ideas!



[recoverCOVID.info/  
ComentariosBoletínInformativo](https://recoverCOVID.info/ComentariosBoletínInformativo)

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



### SUS DATOS SON IMPORTANTES

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.

