

Lo que necesita saber sobre el Covid a Largo Plazo

Aunque la mayoría de las personas con COVID-19 se recuperan en semanas después de la enfermedad, algunas personas experimentan síntomas después del COVID.



¿Qué es Covid a Largo Plazo?

BE COVIDSAFE ✓

- Algunas personas que han sido infectadas con el COVID-19 pueden experimentar síntomas persistentes después de la infección, conocidos como el COVID a largo plazo.
- El COVID a largo plazo se identifica cuando los síntomas persisten al menos 4 semanas después de la infección por COVID-19.

¿POR QUÉ están preocupados los expertos? ¿Por qué deberíamos estar preocupados?

- En Julio de 2021, el COVID a largo plazo fue reconocido como una condición que podría resultar en una discapacidad bajo la [Americans with Disabilities Act \(ADA\)](#).
- Los síntomas de COVID a largo plazo pueden ser diferentes para cada persona. Las personas que tienen COVID persistente generalmente reportan:
 - Cansancio o fatiga crónica
 - Síntomas que empeoran después de esfuerzo físico o mental
 - Fiebre
 - Dificultad para respirar
 - Tos
 - Dolor en el Pecho
 - Ritmo rápido o fuerte del corazón (también conocido como palpitaciones)
 - Dificultad para pensar o concentrarse (a veces conocida como 'niebla cerebral')
 - Dolor de Cabeza
 - Problemas de Sueño
 - Mareo al Levantarse
 - Sensación de Hormigueo
 - Cambio en el olfato y el gusto
 - Depresión o ansiedad
 - Diarrea
 - Dolor de Estómago
 - Dolor en las articulaciones y los músculos
 - Erupción
 - Cambios en el ciclo menstrual

¿QUIÉNES están en mayor riesgo?

- Si alguien ha tenido COVID-19, incluso si tuvo síntomas leves o no mostró síntomas, podría desarrollar COVID a largo plazo. Personas que han tenido COVID-19 podrían estar más en riesgo de desarrollar COVID a largo plazo, como aquellas que:
 - Tuvieron una enfermedad de COVID-19 más grave
 - Tuvieron [condiciones de salud existentes](#) antes del COVID-19
 - No recibieron la vacuna contra el COVID-19

¿CÓMO puedo proteger a mi familia y a mí mismo?

- La mejor forma de prevenir el COVID a largo plazo es [protegerse y proteger a los demás](#) para evitar la infección, esto incluye:
 - Mantenerse [al día con las vacunas contra el COVID-19](#).
 - Mejorando la [ventilación](#).
 - Hacerse [pruebas de detección](#) del COVID-19.
 - [Buscar tratamiento](#) si tiene COVID-19, si es elegible.
 - [Evitar el contacto](#) con personas que tienen COVID-19 presunto o confirmado.
 - [Lavarse las manos](#) o usar desinfectante de manos.

¿DÓNDE puedo vacunarme?

- Por favor, visite MyTurn.ca.gov, hable con su proveedor de atención médica o llame al 2-1-1 para encontrar un lugar más cercano a usted.

Para obtener más información sobre las vacunas contra el COVID-19, por favor visite:

coronavirus-sd.com/vaccine