



Verano 2023

Boletín informativo de RECOVER

¡Gracias por formar parte del estudio RECOVER! Queremos darles las gracias a todos los participantes que nos ayudan a aprender más sobre el COVID persistente (llamado Long COVID en inglés, cuando las personas continúan teniendo síntomas por semanas, meses o incluso años después de contraer el COVID).

Hemos creado este boletín informativo para compartir con usted las últimas actualizaciones del estudio de Investigación sobre el COVID para Mejorar la Recuperación (RECOVER, por sus siglas en inglés de Researching COVID to Enhance Recovery).

VOCES DE RECOVER



Kawai

Participante adulto joven, Hawái

Nacida y criada en Honolulu, Kawai, de 24 años, siempre ha participado activamente en su comunidad. Hoy en día, cuando no está jugando al fútbol ni enseñando preescolar en su vecindario, Kawai está ocupada estudiando para licenciarse en Derecho en la Universidad de Hawái en Manoa, que quiere utilizar para trabajar en los derechos de los nativos hawaianos.

Pero eso no le ha impedido hacer tiempo para ayudar a la investigación sobre el COVID persistente al participar en el estudio pediátrico de RECOVER. "Tuve COVID y fue brutal", dice, pero esa no es la única razón por la que quería participar. También quería apoyar a sus amigos, uno de los cuales tuvo COVID dos veces y ha estado lidiando con los síntomas de COVID persistente. "Esta pandemia no se parece a nada antes visto, al menos durante mi vida", dice Kawai, "así que poder ayudar a comprenderla mejor es genial".

Invite a su familia y amigos a participar en RECOVER

RECOVER sigue buscando a niños y adultos jóvenes de hasta 25 años que están interesados en ayudar en la investigación sobre el COVID persistente. También estamos buscando a personas que hayan estado embarazadas en cualquier momento a partir de 2020. ¿Conoce a alguien que quiera participar?

Para encontrar un centro del estudio en su área, dígalos que visiten: studies.RECOVERcovid.org/es



LO QUE ESTAMOS APRENDIENDO

En un nuevo trabajo, los investigadores de RECOVER compararon a participantes que tuvieron COVID al menos 6 meses antes con participantes que nunca tuvieron COVID y analizaron 37 síntomas que el primer grupo declaraba con más frecuencia. De estos síntomas, encontraron 12 síntomas que diferencian mejor a los infectados por COVID-19 de los que no lo están:



Sensación de cansancio y malestar que empeora después de una actividad física o mental (malestar posterior al esfuerzo)



Pérdida del deseo o de la capacidad sexual



Sensación de debilidad y cansancio (fatiga)



Pérdida o cambio en el gusto o el olfato



Confusión mental



Sensación de sed



Síntomas que afectan al estómago y la digestión (síntomas gastrointestinales)



Mareos



Tos a largo plazo (crónica)



Dolor en el pecho



Latidos rápidos o con fuerza (palpitaciones)



Movimientos inusuales (movimientos anormales)

A través de este estudio, los investigadores también descubrieron que los participantes que tuvieron COVID persistente tenían más probabilidades de haber tenido COVID por primera vez antes de la variante Ómicron, de haberlo tenido más de una vez y de no haber recibido una vacuna contra el COVID.

Esta investigación nos acerca a identificar, o averiguar, quién tiene COVID persistente según sus síntomas. Sin embargo, se necesita más investigación, incluso en niños y adolescentes, antes de que se pueda usar para diagnosticar o tratar a pacientes.

Gracias de nuevo por formar parte de RECOVER. No podríamos hacerlo sin usted.

Obtenga más información sobre esta investigación y vea respuestas a preguntas frecuentes en:

RECOVERcovid.org/updates/recover-research-qa

Lea un resumen del artículo publicado en JAMA en: RECOVERcovid.info/artículoJAMA

Gracias a que los participantes deciden compartir sus datos de salud de manera segura, los investigadores están realizando nuevos descubrimientos sobre los efectos de COVID persistente. Estos son 2 de los descubrimientos recientes:

Posibles explicaciones de cómo se desarrolla el COVID persistente

Los investigadores de RECOVER revisaron muchos artículos publicados sobre estudios de COVID y encontraron 4 explicaciones principales en esos artículos sobre cómo podría desarrollarse el COVID persistente en diferentes partes del cuerpo:

- **Reacción inmunitaria duradera:** Cuando alguien contrae COVID por primera vez, puede hacer que su sistema inmunológico actúe de forma extraña incluso después de que la infección haya desaparecido; esto puede causar síntomas en diferentes partes del cuerpo, como el sistema nervioso, el corazón, los pulmones, etc.
- **Persistencia viral:** El virus, o partes del virus, podría permanecer en diferentes órganos incluso después de que el sistema inmunológico intente combatirlo; algunos investigadores creen que una infección por COVID puede despertar otros virus que ya están en el cuerpo de una persona, como el virus de Epstein-Barr (VEB) que causa la enfermedad del beso (mononucleosis infecciosa, o mono en inglés).
- **Enfermedad autoinmune:** El COVID puede provocar que el sistema inmunológico cree anticuerpos que ataquen los tejidos del propio organismo por error, como ocurre cuando alguien tiene una enfermedad autoinmune como el lupus.
- **Microcoágulos:** El virus que causa el COVID puede causar pequeños coágulos de sangre que bloquean las vías al corazón.

Los científicos creen que puede haber más de 1 proceso que cause síntomas de COVID persistente. Al investigar más sobre estas posibles explicaciones, esperan saber qué tratamientos podrían ayudar a los pacientes.

Lea el artículo completo publicado en *eLife* en: doi.org/10.7554/eLife.86002

Cosas en el medio ambiente que aumentan el riesgo de COVID persistente

Los investigadores de RECOVER estudiaron los registros de antecedentes médicos de más de 100,000 personas en el área de la ciudad de Nueva York y en partes de Florida, Georgia y Alabama para encontrar cosas de su entorno que pudieran hacerles más propensos a contraer COVID persistente.

En el área de la ciudad de Nueva York, estas cosas fueron:



Niveles altos de contaminación atmosférica



Pobreza



Pocos lugares para hacer ejercicio o jugar

En Florida, Georgia y Alabama, estas cosas fueron:



Niveles altos de contaminación atmosférica



Pobreza



Dificultad para conseguir alimentos saludables



Muchos edificios locales vacíos

En el futuro, la investigación del medio ambiente en otras ciudades y estados podría ayudar a los científicos a encontrar formas de ayudar a tratar los síntomas de COVID persistente.

Lea el artículo completo publicado en *Environmental Advances* en: doi.org/10.1016/j.envadv.2023.100352

Dra. Upinder Singh, sobre cómo enfrentarse al desafío global

La Dra. Upinder "Upi" Singh se describe a sí misma como "ciudadana y viajera global". Nacida en la India, pasó tiempo en Europa de niña antes de trasladarse a los Estados Unidos como adolescente y finalmente asistió a la escuela de medicina en la Universidad Estatal de Ohio. Ahora dirige un equipo de investigación sobre COVID persistente en la Universidad de Stanford, que ha inscrito a casi 1,000 participantes adultos como parte del estudio nacional RECOVER.



"Cuando vi los terribles efectos del COVID", dice la Dra. Singh, "sentía que tenía que participar". Pero ella también tiene esperanzas sobre el futuro de la investigación. "Se trata de una enfermedad importante que está afectando a todo el mundo y, al estudiarla, creo que también aprenderemos mucho sobre otras afecciones post virales".

Vea una conversación con la Dra. Singh y otros investigadores sobre el reciente artículo RECOVER publicado en JAMA en: RECOVERcovid.info/videoJAMA

¡Comparta sus pensamientos!



RECOVERcovid.info/comentarios

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

Un recordatorio sobre las políticas de RECOVER

Aunque la emergencia de salud pública nacional por COVID-19 ya ha finalizado, todavía hay muchas personas con COVID persistente que necesitan ayuda y tratamiento. Por eso, el trabajo de RECOVER es realmente importante ahora mismo. Le recordamos que todas las visitas del estudio RECOVER seguirán siendo gratuitas.

Su participación es algo que valoramos. RECOVER no podría existir sin usted. Al acudir a sus visitas del estudio, está ayudando a los investigadores a recolectar datos que les ayudan a comprender cómo afectan al organismo el COVID persistente con el tiempo. Esto significa que es posible que se le pida que repita ciertas pruebas para ver si su salud ha cambiado desde su última visita.

A medida que RECOVER siga creciendo, seguiremos usando sus datos de forma responsable y compartiremos con usted lo que descubramos en el camino.

Gracias por participar en RECOVER. Esperamos otro año de descubrimientos gracias a su colaboración y confianza.

