



FEBRERO 2024

DOH 820-244

## Protégete del covid prolongado: vacúnate



**Los investigadores estiman que millones de personas han sufrido COVID prolongado,**



**Cualquiera persona que se contagie de COVID puede desarrollar COVID prolongado.**



**Los estudios han descubierto que las personas que no están vacunadas contra el COVID-19 pueden tener más probabilidades que otras de desarrollar COVID prolongado**

COVID prolongado, o Condiciones Post-COVID (PCC), se define como cualquier síntoma, signo o condición que continúe o se desarrolle después de una infección por COVID-19. Los [síntomas](#) pueden durar semanas, meses o años y pueden incluir fatiga, confusión mental, tos, dificultad para respirar o dificultad para respirar, dolores y molestias, pérdida del olfato o cambios en el gusto, fiebre, dificultad para dormir, cambios de humor y más.

Cualquier persona, de cualquier edad, infectada con COVID-19 puede desarrollar COVID prolongada. Es más frecuente en personas que no se vacunaron y en personas que han tenido síntomas graves de COVID-19. Las personas que se contagian con COVID-19 varias veces pueden tener más riesgos para la salud, incluyendo COVID prolongada.

Puedes reducir las probabilidades de desarrollar los síntomas de COVID prolongado si te mantienes al día con tus vacunas contra el COVID-19. La vacuna contra el COVID-19 se recomienda a partir de los 6 meses de edad.

# Prevenir el COVID prolongado

La mejor manera de prevenir el COVID prolongado es [protegerse y proteger a los demás](#) de la infección de COVID-19. [Mantenerse al día con la vacuna contra el COVID-19](#) ofrece la mejor protección contra la infección por COVID-19 y las enfermedades graves. También puede proteger a usted y a los demás de COVID-19 evitando el contacto cercano con personas que tengan una enfermedad confirmada o sospechada de COVID-19, lavándose las manos o utilizando desinfectante de manos a base de alcohol, utilizando mascarillas cuando haya mucha gente, haciéndose la prueba de COVID-19 y quedándose en casa cuando esté enfermo.

Las vacunas contra el COVID-19 están disponibles para las personas a partir de los 6 meses de edad y están [recomendadas](#) por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC).

## Estudios recientes

Los investigadores estiman que millones de personas han sufrido COVID prolongado.

Hasta ahora, los estudios han descubierto que las siguientes personas pueden ser más propensas que otras a padecer de COVID prolongado:

- **Personas que no están vacunadas contra el COVID-19**
- Personas que se enferman gravemente a causa del COVID-19; particularmente aquellos que necesitan atención médica en el hospital.
- Personas que tienen problemas de salud subyacentes.
- Personas que han padecido síndrome inflamatorio multisistémico (MIS-C) durante o después de la enfermedad por COVID-19.
- Personas que han tenido COVID-19 más de una vez

Aunque el COVID prolongado parece ser menos común en niños y adolescentes que en adultos, los efectos a largo plazo después del COVID-19 ocurren en niños y adolescentes.

Un [estudio reciente](#) (sólo en inglés) también encontró que las personas no vacunadas deberían considerar vacunarse contra el COVID-19 aunque ya han tenido la enfermedad. Descubrieron que las personas que no se han vacunado y que se han recuperado de COVID-19 y luego se han vacunado reducen el riesgo de desarrollar COVID prolongado.

# Hablando de COVID prolongado con su proveedor de atención médica

Puede ser difícil diagnosticar el COVID prolongado ya que actualmente no existen pruebas de laboratorio para diagnosticarlo. Si cree que puede tener COVID prolongado, [prepárese para la cita](#) con su médico de confianza haciendo una lista de:

- Sus condiciones médicas presentes y pasadas
- Todos los medicamentos/suplementos que toma.
- Todos los síntomas que comenzaron después de su infección por COVID-19, incluido cuándo comenzaron, con qué frecuencia ocurren, qué los mejora o empeora y cómo afectan su vida.
- Todos los demás tratamientos y pruebas que le hayan realizado relacionados con los síntomas que cree que comenzaron después de contraer COVID-19



[El COVID prolongado puede ser una discapacidad según la Ley de Estadounidenses con Discapacidades](#) (sólo en inglés) *si limita tu capacidad para hacer ciertas cosas, como cuidar de ti mismo, caminar, relacionarte con los demás o trabajar.*

Para solicitar este documento en otro formato, llame al 1-800-525-0127. Las personas con sordera o problemas de audición deben llamar al 711 (Washington Relay) o enviar un correo electrónico a [doh.information@doh.wa.gov](mailto:doh.information@doh.wa.gov)



Encuentre vacunas contra el COVID-19 cerca de usted en [Vacunas.gov](https://www.vaccines.gov)

¿Tiene preguntas?  
Correo electrónico:  
[COVID.Vaccine@doh.wa.gov](mailto:COVID.Vaccine@doh.wa.gov)