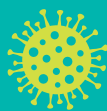


O que é a COVID Longa?



World
PT Day
2021

COVID Longa foi definida preliminarmente como a presença de sinais e sintomas que se desenvolvem durante ou após uma infecção por COVID-19, que se prolonga por 12 ou mais semanas.

A COVID-19 é tipicamente designada como aguda até às 4 semanas e como sub-aguda das 4 às 12 semanas.



A COVID Longa é comum?

1 em cada 10 pessoas apresentará sintomas por um período de **12 semanas** ou mais



Muitas pessoas que vivem com a doença estavam previamente em forma e eram saudáveis.



As crianças experienciam os sintomas da COVID Longa de forma similar aos adultos e com aproximadamente a mesma frequência.

A COVID Longa afeta as pessoas que estiveram hospitalizadas com COVID-19 aguda e as pessoas que recuperaram em casa. As pessoas que experienciaram COVID-19 leve ou grave podem ter sintomas prolongados ou desenvolver COVID Longa.

A COVID Longa é uma doença multissistêmica; existem mais de 200 sintomas identificados que ocorrem em combinações variáveis e podem flutuar em padrões previsíveis e imprevisíveis de surtos e remissões.

Sintomas mais comuns após 6 meses:



exaustão extrema (fadiga)

exacerbação dos sintomas pós-esforço (ESPE)



problemas de memória e concentração (névoa mental)

Outros sintomas comuns:



falta de ar



dor ou aperto no peito



dificuldade em dormir (insónia)



palpitações cardíacas



tonturas



dor muscular



dor articular



depressão e ansiedade



zumbido e dor nos ouvidos



enjoo, diarreia, dor de estômago, perda de apetite



temperatura elevada, tosse, dor de cabeça, dor de garganta, alterações no olfato ou paladar



erupções cutâneas

Ainda não se chegou a um consenso internacional sobre a definição de COVID Longa. No entanto, há evidência crescente de que a COVID Longa é comum e incapacitante. A COVID Longa tem sido caracterizada como prolongada, com envolvimento multissistémico e incapacidade significativa.



World
Physiotherapy

www.world.physio/wptday