

Importancia epidemiológica de la rehabilitación de las personas con secuelas discapacitantes pos-COVID-19

Epidemiological importance of the rehabilitation of people with post-COVID-19 disabling consequences

Rolando Rodríguez Puga^{1*} <https://orcid.org/0000-0003-3350-374X>

Marilenys Céspedes Casas¹ <https://orcid.org/0009-0005-0911-7154>

¹Hospital Pediátrico Provincial Docente Dr. Eduardo Agramonte Piña. Camagüey, Cuba.

*Autor para la correspondencia: rolandote1986@gmail.com

Recibido: 08/11/2024

Aceptado: 26/11/2024

La pandemia de COVID-19, provocada por el virus SARS-CoV-2, ha tenido un impacto profundo y multidimensional en la salud pública global. No solo ha ocasionado una elevada mortalidad, sino también ha dejado a millones de personas con secuelas discapacitantes que afectan su calidad de vida y su capacidad para reintegrarse a la sociedad. En este contexto, la rehabilitación se presenta como una herramienta crucial no solo para la recuperación física, sino también para abordar las implicaciones psicológicas y sociales de la enfermedad. Desde el inicio de la pandemia se han reportado millones de casos confirmados de COVID-19 en todo el mundo. Aunque muchas personas experimentan manifestaciones clínicas leves o moderadas, un número significativo ha desarrollado síntomas prolongados conocidos como COVID persistente o *long COVID*. Secuelas que pueden variar desde fatiga extrema, dificultad para respirar,

problemas cognitivos (a menudo referidos como "niebla mental") y hasta trastornos psicológicos como ansiedad y depresión.⁽¹⁾

El impacto epidemiológico de estas secuelas es alarmante. La Organización Mundial de la Salud⁽²⁾ (OMS) ha señalado que si bien el virus puede ser completamente erradicado, sus efectos colaterales continuarán afectando a la población durante años. Esto implica para los sistemas de salud un aumento en la carga de enfermedades y subraya la urgencia de implementar programas eficaces de rehabilitación

La rehabilitación como estrategia de salud pública se puede definir como un conjunto de intervenciones diseñadas para facilitar la recuperación de personas que han sufrido una enfermedad o lesión. En el caso de la COVID-19, la rehabilitación debe ser multifacética e incluir componentes físicos, psicológicos y sociales.^(2,3)

Las personas que han sufrido COVID-19 pueden experimentar debilidad muscular, limitaciones en la movilidad y problemas respiratorios. La fisioterapia y otros programas de ejercicio son esenciales para ayudar a los pacientes a recuperar su fuerza y resistencia. Estos programas deben ser individualizados y adaptados a las necesidades específicas de cada paciente considerando factores como la edad, el nivel de actividad previo y la gravedad de los síntomas experimentados durante la infección.^(1,3)

El impacto emocional de la COVID-19 no puede subestimarse. Muchos sobrevivientes enfrentan ansiedad, depresión y trastorno de estrés postraumático. La rehabilitación debe incluir apoyo psicológico y psiquiátrico, así como terapias que fomenten la resiliencia y la adaptación por lo que los programas de intervención psicosocial pueden ayudar a los pacientes a lidiar con el estrés y la ansiedad, fomentando una recuperación más integral.⁽⁴⁾

Los problemas sociales derivados de la pandemia son múltiples incluyendo la pérdida de empleo, el aislamiento social y la estigmatización de los recuperados. La rehabilitación también debe incentivar la reintegración social de estos individuos al apoyar su retorno al trabajo y a la vida comunitaria, mediante iniciativas que faciliten su reentrenamiento laboral y el desarrollo de habilidades sociales fundamentales para mejorar su calidad de vida.

La rehabilitación no solo impacta positivamente en los individuos, sino que también tiene implicaciones significativas para la salud pública en general^(2,4) ya que las secuelas de la COVID-19 representan una carga importante para los sistemas de salud. Una interacción adecuada con programas de rehabilitación puede reducir la necesidad de hospitalizaciones recurrentes y atención médica prolongada. Esto no solo mejora la calidad de vida de los pacientes, sino también libera recursos críticos en un momento en que el sistema de salud enfrenta presiones sin precedentes.⁽¹⁾

A medida que las personas recuperan sus capacidades funcionales, su participación en actividades laborales y sociales mejora y, a su vez, contribuye a la economía. La rehabilitación puede facilitar un retorno más ágil a la vida activa, lo que no solo beneficia a los individuos, sino también a las comunidades y a las sociedades en general.⁽⁴⁾

La falta de intervención adecuada durante la fase de recuperación puede llevar a largo plazo a problemas de salud como enfermedades cardiovasculares, metabólicas o musculoesqueléticas. Implementar programas de rehabilitación adecuados puede prevenir estas comorbilidades, lo que resulta en una población más saludable a largo plazo.⁽³⁾

Pese a la clara necesidad de rehabilitación existen varios desafíos en su implementación como la falta de conciencia acerca de su importancia, la escasez de profesionales capacitados y la infraestructura limitada en diversas zonas, lo que contribuyen a que muchas personas no reciban la atención que necesitan. Además, el acceso a servicios de salud varía significativamente según la región y el contexto socioeconómico y resulta en inequidades en la atención. Por lo tanto, es crucial desarrollar estrategias que promuevan la equidad en el acceso a la rehabilitación para todas las poblaciones afectadas.^(1,3,5)

En general, la rehabilitación de las personas que padecen secuelas discapacitantes causadas por la COVID-19 es de suma importancia desde una perspectiva epidemiológica, ya que no solo ayuda a los individuos a recuperar sus capacidades y mejorar su calidad de vida, sino que también alivia la carga en los sistemas de salud y promueve una sociedad más productiva y saludable. Con la proyección de que las secuelas de la COVID-19 perdurarán es indispensable que

los gobiernos y las instituciones de salud prioricen el desarrollo e implementación de programas de rehabilitación accesibles y eficaces para enfrentar este desafío sanitario global.

Referencias bibliográficas

1. Rodríguez R. Secuelas discapacitantes pos-COVID-19 en pacientes pediátricos desde el enfoque del especialista en Higiene y Epidemiología. Arch Hosp Univ. Gral Calixto García. 2023 [acceso 08/11/2024];11(1):e1063. Disponible en: <https://revcalixto.sld.cu/index.php/ahcg/article/view/1063>
2. Rodríguez Y, Díaz CE, González B, Arvelo MC, Govantes Y, Pérez I. Protocolo para la rehabilitación integral del paciente con secuelas pos-COVID-19. Revista Cubana de Medicina Física y Rehabilitación. 2022 [acceso 08/11/2024];14(3):e722. Disponible en: <https://revrehabilitacion.sld.cu/index.php/reh/article/view/722>
3. Díaz Y, Carmona B, Sabater H. Consideraciones sobre rehabilitación pos-COVID-19. Revista Cubana de Medicina Física y Rehabilitación. 2022 [acceso 08/11/2024];14(3):e784. Disponible en: <https://revrehabilitacion.sld.cu/index.php/reh/article/view/784>
4. Calderón A, Carrillo E, Rivera JM. Efectos del abordaje fisioterapéutico de secuelas neuromusculoesqueléticas secundarias al síndrome pos-COVID-19 en personas adultas y adultas mayores. Rev Ter. 2024 [acceso 08/11/2024];18(2):11-29. Disponible en: <https://www.revistaterapeutica.net/index.php/RT/article/view/205>
5. Rodríguez R, Gómez ÁL, Núñez OL. Intervención educativa en estudiantes de medicina sobre secuelas discapacitantes pos-COVID-19 desde la asignatura Salud Pública. Educación Médica Superior. 2024 [acceso 08/11/2024];38(PC):e3969. Disponible en: <https://ems.sld.cu/index.php/ems/article/view/3969>

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.