

La fisioterapia es clave en la recuperación de estos pacientes

El Col·legi de Fisioterapeutes presenta la primera “Guía clínica de fisioterapia para el manejo del covid persistente”

- *El propósito de esta guía clínica es ofrecer una serie de recursos prácticos para responder, desde la fisioterapia, al covid persistente. La fisioterapia se ha convertido en una gran aliada que puede ayudar a recuperar la movilidad, la fuerza y mejorar la respiración.*
- *Es Catalunya se estima que aproximadamente 300.000 personas sufren covid persistente. Un 10 % de los infectados por covid acaban desarrollando covid persistente y, de éstos, el 80 % son mujeres de edades entre los 40 y los 50 años.*

Barcelona, 2 de febrero de 2023.- La realidad de las más de 300.000 personas que se estima que sufren covid persistente en estos momentos en Cataluña ha impulsado que, desde el Col·legi de Fisioterapeutes se trabaje en la publicación de la primera [Guía clínica de fisioterapia para el manejo del covid persistente](#). La Guía, que ha sido elaborada por los fisioterapeutas colegiados Jordi Vilaró, Rodrigo Torres, Joan Ars, Raquel Sebío y Fran Martín, ha contado con el apoyo del Colectivo de Afectadas y Afectados persistentes por el COVID-19.

La Guía es una recopilación de recursos prácticos fundamentados en la literatura actual considerando la fisiopatología de la enfermedad y los síntomas persistentes que genera, así como en el conocimiento de los aspectos esenciales de la evaluación y las estrategias de manejo de los síntomas persistentes, mediante la fisioterapia.

Jordi Vilaró, coordinador de la Guía del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya, considera que *“la Guía es una herramienta necesaria para fisioterapeutas y también para el colectivo de afectados, para poder abordar el covid persistente desde la fisioterapia con un conocimiento compartido y luchar contra unos síntomas que dificultan el día a día de los pacientes”*.

Por su parte, Silvia Soler, portavoz del Colectivo de Afectadas y Afectados persistentes por el COVID-19, reclama que *“hay estudios suficientes que demuestran que la fisioterapia es imprescindible en el camino de la recuperación de la enfermedad, pero todavía no hay recursos suficientes para que los afectados podamos acceder a ella desde el sistema público”*.

¿Cuáles son los síntomas del covid persistente?

Los síntomas persistentes comunes incluyen, entre otros, fatiga, dificultad para respirar y disfunción cognitiva, y, por lo general, tienen un impacto en el funcionamiento diario. Los síntomas pueden reaparecer después de la recuperación inicial de un episodio agudo de COVID-19 o persistir desde el inicio de la enfermedad. Los síntomas también pueden fluctuar o repetirse

en el tiempo. En este sentido, la disnea, la fatiga y la tos son los problemas con mayor prevalencia a los que debe enfrentarse el enfermo o enferma de covid persistente.

¿Cuál debe ser el papel de la fisioterapia en el abordaje del covid persistente?

Los estudios científicos han demostrado que entre el 10 % y el 15 % de las personas que se contagian de COVID-19, independientemente del grado de afectación, acaban sufriendo covid persistente. Una vez recuperados del COVID-19 todavía tienen síntomas derivados de la infección durante mucho más tiempo de lo que sería de esperar como malestar general, disnea, dolor muscular, fatiga, síntomas neurológicos, alteraciones digestivas, problemas de memoria, concentración, insomnio, falta de olfato y de gusto, etc.

En muchas de estas manifestaciones del covid persistente, la fisioterapia se ha convertido en una gran aliada, dado que puede ayudar, entre otras, a recuperar la movilidad, la fuerza y a mejorar la respiración. Con este objetivo, desde el CFC se ha promovido la elaboración de la Guía, que recoge la mejor evidencia científica actual en el manejo del covid persistente y que aporta una serie de recursos prácticos que pretenden dar respuesta, desde la fisioterapia, a sus manifestaciones y síntomas.

El ejercicio terapéutico recomendado por la Guía incluye entrenamiento de fuerza muscular, entrenamiento cardiovascular, equilibrio y marcha, doble tarea y ejercicio y telerrehabilitación.

Además de la Guía, el Col·legi de Fisioterapeutes ha organizado el [Curso para el manejo del covid persistente](#), que se iniciará el 13 de febrero y es accesible a través del Campus Virtual de CFC. El objetivo de este curso *online* es conocer los mecanismos fisiopatológicos del covid persistente, aprender las evaluaciones más adecuadas para valorar sus efectos, diseñar y aplicar programas de intervención para su tratamiento y adquirir los conocimientos teóricos y prácticos para un abordaje integral.

Los colegiados y colegiadas que superen este curso podrán contar con un certificado del Col·legi así como con un distintivo que les acreditará como centro/consulta en la que se trata el covid persistente con la mejor evidencia científica actual.



Para más información:

The Almond Connection

Xavier Barrachina

xavier@thealmondconnection.com

www.thealmondconnection.com

ÁREA DE COMUNICACIÓN

C/ Segle XX, 78, 08032, Barcelona

Teléfono 93 207 50 29

www.fisioterapeutes.cat/comunicacio

comunicacio@fisioterapeutes.cat