



Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca – ENSP  
Fundação Oswaldo Cruz - Fiocruz



# COVID-LONGA

**HERMANO ALBUQUERQUE DE CASTRO**

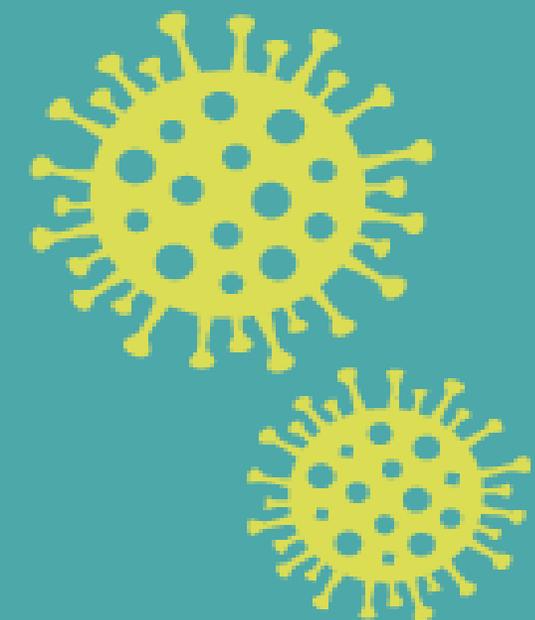
**PESQUISADOR TITULAR FIOCRUZ**

**PATRICIA CANTO RIBEIRO**

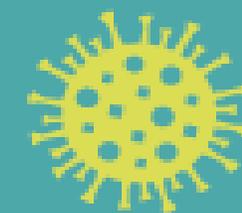
**MÉDICA PNEUMOLOGISTA**

**AMBULATÓRIO CESTEHEH/ENSP/FIOCRUZ**

Rio de Janeiro, junho de 2022



# O que é COVID Longa?



Qualidade de vida  
Impactos no trabalho

# ***COVID Longa – Pós Pandemia***

## **DEFINIÇÃO E CLASSIFICAÇÃO**



**A doença pelo coronavírus pode ser classificada quanto a duração dos sintomas em:**

- I. COVID-19 aguda é definida pela presença de sinais e sintomas por até 4 semanas;**
- II. COVID sintomática em progresso é definida pela persistência dos sintomas de 4 a 12 semanas e;**
- III. COVID longa ou síndrome pós-COVID, sinais e sintomas que surgem durante ou após a infecção pelo COVID-19 e continua após 12 semanas e não podem ser explicados por outro diagnóstico**

**Ainda existe proposta de distinção entre dois termos COVID longa e COVID persistente Persistente** - quando os sintomas persistem após 24 semanas (seis meses), o que denotaria um curso refratário dos sintomas na qual a resolução espontânea é menos provável, necessitando assim de abordagem multidisciplinar

É necessário ainda distinguir a síndrome pós-covid das sequelas relacionadas à internação prolongada, uma vez que essas complicações não se enquadram como síndrome pós-COVID

# COVID Longa – Pós Pandemia

## DEFINIÇÃO E CLASSIFICAÇÃO



### FASE DE TRANSIÇÃO

- Varia conforme tempo de internação
- Varia de acordo com as complicações relacionadas à internação
- Passada a transição é possível caracterizar a COVID longa.

Pode ser reclassificada como:

- ❖ Síndrome relacionada à internação prolongada;
- ❖ Síndrome pós-fadiga viral (quando o sintoma de fadiga é o sintoma predominante);
- ❖ Dano permanente a órgão e,
- ❖ Síndrome da COVID longa ou pós-COVID

# ***COVID Longa – Pode ser dividida em dois grandes grupos***

## **GRUPO 1**

Envolve pacientes que apresentaram formas leves a severas da doença.

Nesses casos, acredita-se que a causa dos problemas seja a interação do vírus com o organismo. As pessoas podem apresentar sintomas prolongados como fraqueza, fadiga, cansaço, dificuldade de concentração, insônia e ansiedade. São sintomas mais leves, mas com impacto na qualidade de vida.

## **GRUPO 2**

No segundo grupo se enquadram os pacientes que precisaram de **ventilação mecânica**.

Nesses casos, as sequelas ocorrem principalmente pela relação entre a doença grave com os tratamentos adotados para dar suporte à vida. Essas sequelas podem ser mais sérias, persistentes e com impacto importante na qualidade de vida.





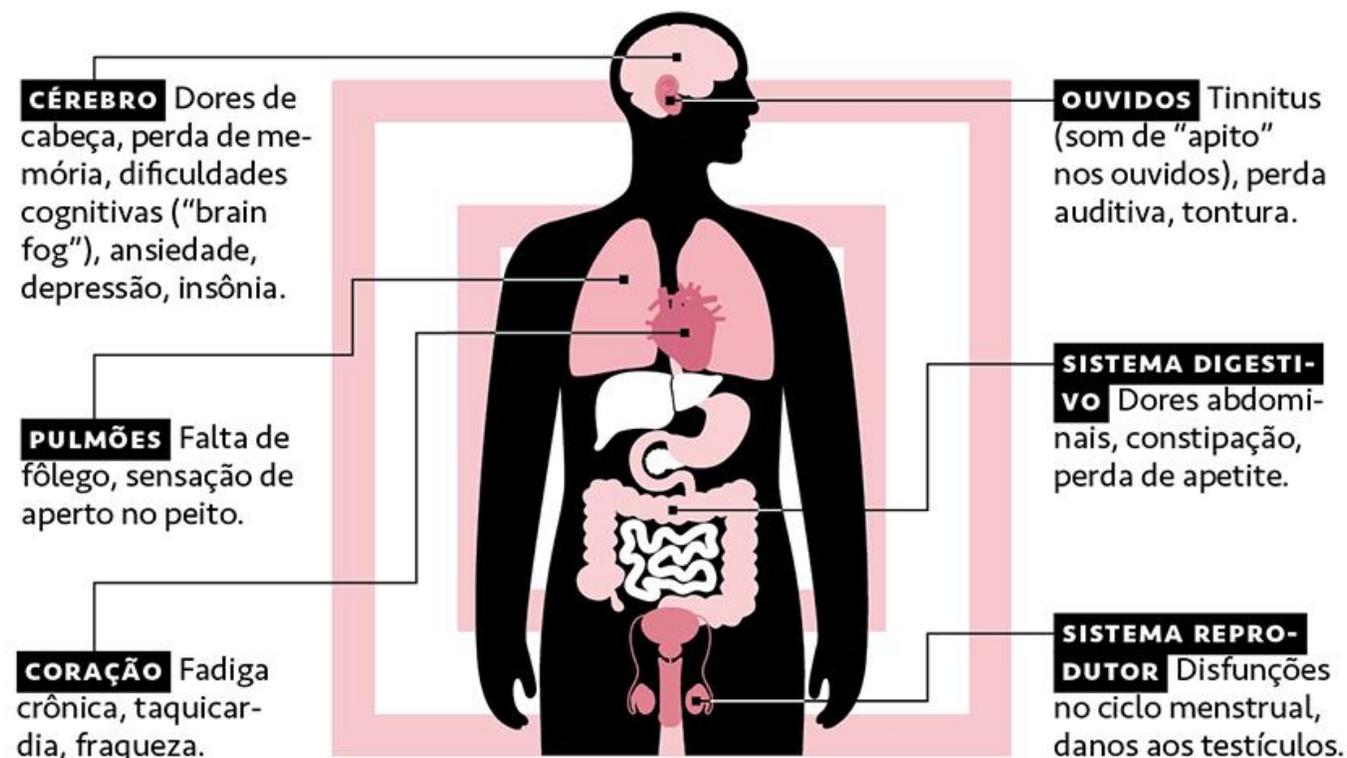
## ***O padrão de recuperação esperado é (NHS, 2021):***

- ❖ *Em até quatro (4) semanas, a maioria das dores no peito e a expectoração devem ter reduzido*
- *Em seis (6) semanas, a tosse e a falta de ar devem ter diminuído bastante.*
  - *Em três (3) meses, a maioria dos sintomas deve ter desaparecido, mas o cansaço ainda pode estar presente.*
    - *Em até seis (6) meses após a internação, os sintomas devem ter desaparecido.*
    - *Aqueles que precisaram ser admitidos em cuidados intensivos muitas vezes terão uma recuperação ainda mais prolongada, possivelmente em até um ano.*

**TODO ESSE PADRÃO PODE SER MODIFICADO COM AS VACINAS CONTRA COVID-19**

# Os principais sinais

A Covid longa tem mais de 200 sintomas, e pode afetar muitos órgãos - incluindo aqueles que não apresentam danos evidentes durante a Covid "inicial".



Outros sintomas comuns:

- Respiração curta
- Dor ou aperto no peito
- Dificuldades para dormir (insônia)
- Palpitações
- Tontura
- Dor muscular
- Dor articular
- Depressão e ansiedade
- Zumbido e dores no ouvido
- Mal-estar, diarreia, dor no estômago, perda de apetite
- Temperatura corporal elevada, tosse, dores de cabeça, dores de garganta, alterações no olfato e paladar
- Lesões na pele

Sintomas persistentes	Prevalência	Tempo para resolução dos sintomas
<b>Sintomas físicos comuns</b>		
Fadiga	15%-87%	3 meses ou mais
Dispneia	10%-71%	2 a 3 meses ou mais
Desconforto torácico	12%-44%	2 a 3 meses
Tosse	17%-34%	2 a 3 meses ou mais
Anosmia (disfunção olfativa)	10%-13%	1 mês ou mais
<b>Sintomas físicos menos comuns</b>		
Artralgia, mialgia, cefaleia, rinorreia, disgeusia (distúrbio gustativo), insônia, tonturas, vertigem, diarreia, alopecia, inapetência, sudorese.	<10%	desconhecido (provavelmente semanas a meses)
<b>Sintomas neuropsiquiátricos</b>		
Transtorno do estresse pós-traumático	7%-24%	6 semanas a 3 meses ou mais
Perda de memória	18%-21%	semanas a meses
Redução da concentração	16%	semanas a meses
Ansiedade/depressão	22%-23%	semanas a meses



# SOFRIMENTO HUMANO- PÓS COVID-19



- ❖ Perda de amigos, parentes próximos, famílias devastadas
- ❖ Perdas econômicas e sociais (trabalhadores e populações mais vulnerabilizadas)

*Foram relatadas a ocorrência de (GREENHALGH et al., 2020):*

- *Transtorno de estresse pós-traumático (TEPT): 24%, após internação.*
- *Ansiedade: 22%, após internação em UTI.*
- *Depressão: 22%, após internação em UTI.*
- *Insônia.*
- *Piora na qualidade de vida.*

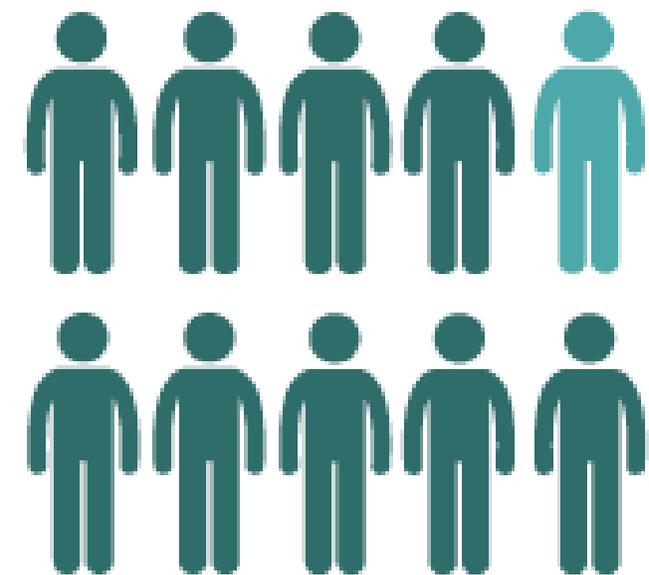
# SOFRIMENTO HUMANO- PÓS COVID-19



- *A maioria das publicações sobre COVID-19 e saúde mental enfatizou reações individuais à pandemia, como ansiedade, estresse e condições relacionadas a rotinas interrompidas, solidão e isolamento em indivíduos não infectados.*
- *Relatos sugerem que COVID-19 pós-agudo é frequentemente associado a rebaixamento do humor, desesperança, ansiedade elevada e insônia.*
- *Pode ocorrer transtorno de estresse pós-traumático, especialmente em profissionais da área de saúde e outros envolvidos no cuidado.*
- *Os transtornos mentais estão fortemente associados aos fatores socioeconômicos, como pobreza, discriminação e exclusão social, também relacionados a maior impacto das medidas de isolamento social.*
- *Saúde mental e bem-estar são reforçados pelo apoio social informal, ajuda mútua e medidas coletivas da comunidade.*

*(GREENHALGH et al., 2020).*

# CONTEXTO EPIDEMIOLÓGICO- COVID LONGA



O quanto a COVID longa é comum?

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

A COVID Longa afeta pessoas que foram hospitalizadas pela COVID-19 ou aqueles que se recuperaram em casa.

As pessoas que tiveram tanto a forma leve quanto a forma grave da COVID-19 podem desenvolver a COVID Longa.

Inclui pessoas saudáveis e sem comorbidades

*10% das pessoas tiveram COVID Longa. Porcentagem maior entre os que foram hospitalizados, índices de até 80%.*

*50% dos pacientes que foram hospitalizados pela COVID-19 necessitarão da continuidade dos cuidados após a desospitalização.*

# COVID-19 RETORNO AO TRABALHO



Quadro clínico	Isolamento indicado
Doença leve/moderada (Síndrome Gripal)	<ul style="list-style-type: none"><li>- ao menos 07 dias a partir do início dos sintomas; E</li><li>- 24 horas afebril, sem uso de antitérmicos; E</li><li>- melhora dos sintomas respiratórios.</li></ul>
Doença grave (síndrome respiratória aguda grave/ hospitalizados) ou gravemente imunocomprometidos*	<ul style="list-style-type: none"><li>- ao menos 20 dias a partir do início dos sintomas; E</li><li>- 24 horas afebril, sem uso de antitérmicos; E</li><li>- melhora dos sintomas respiratórios.</li></ul>

# COVID-19 RETORNO AO TRABALHO



## Questões que devem ser verificadas para o retorno

- *Sente fadiga/cansaço exacerbado ou fôlego curto (falta de ar)?*
- *Sente dor no peito?*
- *Sente tonturas (alterações de equilíbrio) ou palpitações?*
- *Sente dificuldade cognitiva (memória/concentração)?*
- *Sente fraqueza ou fadiga muscular?*
- *Sente parestesia (dormências ou formigamentos)?*
- *Sente dificuldade para permanecer na posição ortostática (em pé)?*
- *Sente dificuldade para deambular mais de um quarteirão?*
- *Sente dificuldade para subir/descer um lance de escada?*
- *Sente fraqueza ou fadiga muscular?*
- *Sente dificuldade para usar o transporte coletivo?*

# COVID-19 RETORNO AO TRABALHO



- ❖ Avaliar processo de trabalho
- ❖ *Avaliar fatores que poderiam impedir o retorno do trabalho, como:*
  - ❖ *Localização e acesso ao setor de trabalho, (considerando os arranjos físicos e meios de transporte para chegar ao local); dificuldade de relacionamento com chefia e colegas.*
  - ❖ *Possíveis adaptações para viabilizar um retorno seguro, como flexibilidade de horários e modificação no processo de trabalho.*
  - ❖ *Viabilidade de ajustes temporários como redução de jornada, teletrabalho, uso de equipamentos especiais e outros ajustes.*
- ❖ Definir plano de retorno ao trabalho
  - ❖ *Horas semanais, trabalho em turnos, trabalho formal ou informal ou autônomo*
  - ❖ *Atividades realizadas*
  - ❖ *Exposições aos diferentes agentes de risco, trabalho com máquinas, dirige veículos, atua em serviços de emergência, posturas inadequadas, repetitividade, etc.*



**OBRIGADO**