

# QUE USTED NECESITA SABER SOBRE EFECTOS

# LARGO PLAZO DE COVID-19

## ¿CUALES SON EFECTOS A LARGO PLAZO DE COVID-19?

Efectos a Largo Plazo de COVID-19 ocurre cuando **síntomas duran mas de 4 semanas después de haber** sido infectado con el virus de COVID. Nuevos síntomas también pueden ocurrir.

**FATIGA** **DEPRESIÓN**  
**ANSIEDAD**  
**PROBLEMAS DE MEMORIA**  
**DIFICULTAD EN CONCENTRARSE**  
**DOLORES EN EL CUERPO**  
**DOLORES EN CABEZA**  
**TINNITUS** **SENSACIONES ANORMALES DE LOS NERVIOS**  
**DIFICULTAD PARA RESPIRAR** **LA TOS**  
**FIEBRE** **MALESTAR GENERAL DESPUÉS DE HACER EJERCICIOS**  
**PROBLEMAS ESTOMACALES** **PROBLEMAS PARA DORMIR**  
**RITMOS CARDÍACOS ANORMALES**



## ¿QUIEN ESTÁ A RIESGO DE EFECTO A LARGO PLAZO DE COVID-19?

**La mayoría de la gente.**

Todas las cepas de SARS-CoV-2 pueden causar Efectos a Largo Plazo de COVID-19, incluyendo Omicron.

**10 - 30%**

de personas que son infectadas con COVID **desarrollan Efectos a Largo Plazo de COVID-19**

**Vacunación reduce las oportunidades** de contraer Efectos a Largo Plazo de COVID-19 a

**5 - 25 %**



## ¿CÓMO PUEDO PREVENIR CONTRAER EFECTOS A LARGO PLAZO DE COVID-19?



Vacunese y reciba los dos refuerzos



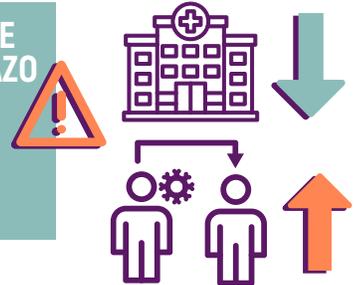
Use mascarillas N95 ó KN95 para reducir transmisión del COVID



Comprender los riesgos de infección en su comunidad

## ¿CUAL ES EL RIESGO DE EFECTOS A LARGO PLAZO DE COVID-19

# AHORA?



A partir de August del 2022, **las hospitalizaciones son bajas**, pero **la transmisión es alta**. unque es poco probable que la infección cause una enfermedad grave, aún puede conducir a contraer efectos a largo plazo.

## TENGO SÍNTOMAS RAROS ES EFECTOS A LARGO PLAZO DE COVID-19? ¿QUE DEBO DE HACER?

**Hable con su Médico sobre sus opciones** incluyendo ser vacunado, el regreso lento al ejercicio, y las opciones de medicamentos, incluyendo Paxlovid.



**Conéctese con un grupo de defensores /navegadores de atención médica** que puede ayudarse a encontrar proveedores.

**Sepa que las pruebas de laboratorio de rutina** pueden ser normales aunque tenga síntomas. Pídale a su Médico que lea sobre las pruebas para Efectos a Largo Plazo de COVID-19



**Busque apoyo.** Efectos a Largo Plazo de COVID-19 puede estar asociado con mucho estigma.

Para fuentes y enlaces de recursos

**[communityresiliencetrust.org/long-covid](https://communityresiliencetrust.org/long-covid)**

FUENTES: Hemos hecho nuestro mejor esfuerzo para proporcionar la información más precisa disponible desde el 1 de agosto del 2022 dados los datos públicos disponibles en ese momento. Para obtener una lista completa de todas las declaraciones en esta infografía con fuentes, consulte el enlace del sitio web que aparece al final. Esta información puede cambiar según aprendemos más. Este es un recurso comunitario informativo. Para obtener asesoramiento médico, consulte a su proveedor de salud.



# QUE USTED NECESITA **LARGO PLAZO** SABER SOBRE EFECTOS **DE COVID-19**

¿CUALES  
SON  
EFECTOS  
A LARGO  
PLAZO DE  
COVID-19?

**FATIGA** **DEPRESIÓN**  
**ANSIEDAD**



**PROBLEMAS DE MEMORIA**

**DIFICULTAD EN CONCENTRARSE**

**DOLORES EN EL CUERPO**

**DOLORES EN CABEZA**



**TINNITUS** **SENSACIONES ANORMALES DE LOS NERVIOS**

**DIFICULTAD PARA RESPIRAR** **LA TOS**

**FIEBRE** **MALESTAR GENERAL DESPUÉS DE HACER EJERCICIOS**

**PROBLEMAS ESTOMACALES** **PROBLEMAS PARA DORMIR**

**RITMOS CARDÍACOS ANORMALES**



[communityresiliencetrust.org/long-covid](https://communityresiliencetrust.org/long-covid)

FUENTES: Hemos hecho nuestro mejor esfuerzo para proporcionar la información más precisa disponible desde el 1 de agosto del 2022 dados los datos públicos disponibles en ese momento. Para obtener una lista completa de todas las declaraciones en esta infografía con fuentes, consulte el enlace del sitio web que aparece al final. Esta información puede cambiar según aprendemos más. Este es un recurso comunitario informativo. Para obtener asesoramiento médico, consulte a su proveedor de salud.

COMMUNITY  
RESILIENCE  
TRUST **ATX**

# QUE USTED NECESITA SABER SOBRE EFECTOS A LARGO PLAZO DE COVID-19

## ¿QUIEN ESTÁ A RIESGO DE EFECTO A LARGO PLAZO DE COVID-19?

### La mayoría de la gente.

Todas las cepas de SARS-CoV-2 pueden causar Efectos a Largo Plazo de COVID-19, incluyendo Omicron.

**10 - 30%**

de personas que son infectadas con COVID desarrollan Efectos a Largo Plazo de COVID-19

Vacunación reduce las oportunidades de contraer Efectos a Largo Plazo de COVID-19 a

**5 - 25 %**



## ¿CÓMO PUEDO PREVENIR CONTRAER EFECTOS A LARGO PLAZO DE COVID-19?



Vacunese y reciba los dos refuerzos



Use mascarillas N95 ó KN95 para reducir transmisión del COVID



Comprender los riesgos de infección en su comunidad

[communityresiliencetrust.org/long-covid](https://communityresiliencetrust.org/long-covid)

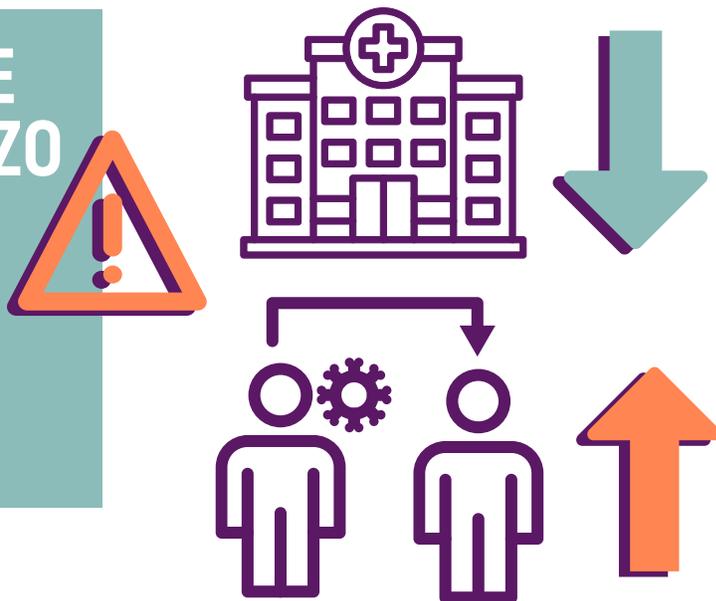
FUENTES: Hemos hecho nuestro mejor esfuerzo para proporcionar la información más precisa disponible desde el 1 de agosto del 2022 dados los datos públicos disponibles en ese momento. Para obtener una lista completa de todas las declaraciones en esta infografía con fuentes, consulte el enlace del sitio web que aparece al final. Esta información puede cambiar según aprendemos más. Este es un recurso comunitario informativo. Para obtener asesoramiento médico, consulte a su proveedor de salud.

COMMUNITY  
RESILIENCE  
TRUST **ATX**

# QUE USTED NECESITA SABER SOBRE EFECTOS A LARGO PLAZO DE COVID-19

¿CUAL ES EL RIESGO DE EFECTOS A LARGO PLAZO DE COVID-19

**AHORA?**



A partir de August del 2022, **las hospitalizaciones son bajas**, pero **la transmisión es alta**. aunque es poco probable que la infección cause una enfermedad grave, aún puede conducir a contraer efectos a largo plazo.

[communityresiliencetrust.org/long-covid](https://communityresiliencetrust.org/long-covid)

FUENTES: Hemos hecho nuestro mejor esfuerzo para proporcionar la información más precisa disponible desde el 1 de agosto del 2022 dados los datos públicos disponibles en ese momento. Para obtener una lista completa de todas las declaraciones en esta infografía con fuentes, consulte el enlace del sitio web que aparece al final. Esta información puede cambiar según aprendemos más. Este es un recurso comunitario informativo. Para obtener asesoramiento médico, consulte a su proveedor de salud.

COMMUNITY  
RESILIENCE  
TRUST **ATX**

# QUE USTED NECESITA SABER SOBRE EFECTOS A LARGO PLAZO DE COVID-19

## TENGO SÍNTOMAS RAROS ES EFECTOS A LARGO PLAZO DE COVID-19? ¿QUE DEBO DE HACER?

**Hable con su Médico sobre sus opciones** incluyendo ser vacunado, el regreso lento al ejercicio, y las opciones de medicamentos, incluyendo Paxlovid.



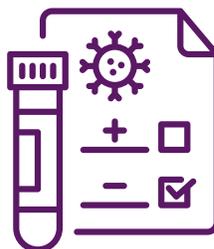
**Conéctese con un grupo de defensores /navegadores de atención médica** que puede ayudarse a encontrar proveedores.



**Busque apoyo.** Efectos a Largo Plazo de COVID-19 puede estar asociado con mucho estigma.



**Sepa que las pruebas de laboratorio de rutina** pueden ser normales aunque tenga síntomas. Pídale a su Médico que lea sobre las pruebas para Efectos a Largo Plazo de COVID-19



[communityresiliencetrust.org/long-covid](https://communityresiliencetrust.org/long-covid)

FUENTES: Hemos hecho nuestro mejor esfuerzo para proporcionar la información más precisa disponible desde el 1 de agosto del 2022 dados los datos públicos disponibles en ese momento. Para obtener una lista completa de todas las declaraciones en esta infografía con fuentes, consulte el enlace del sitio web que aparece al final. Esta información puede cambiar según aprendemos más. Este es un recurso comunitario informativo. Para obtener asesoramiento médico, consulte a su proveedor de salud.

COMMUNITY  
RESILIENCE  
TRUST **ATX**