Nota de prensa

**Los fisioterapeutas advierten de secuelas como fatiga, dolor, parálisis e incapacidad funcional después del Covid**

* La falta de actividad física, el confinamiento e incluso largos periodos en cama en los casos más graves, provocan una afectación multisistémica, dañando mucho más que los pulmones.
* Explican que se produce una atrofia muscular que provoca dificultades en el equilibrio, para caminar o mantenerse en pie y en algunos casos, incluso parálisis.

**Vigo, lunes 8 de febrero de 2021.-** Los fisioterapeutas advierten de secuelas en pacientes Covid como la fatiga, el dolor generalizado, parálisis y la incapacidad funcional para retomar las actividades que realizaban antes de contagiarse. El virus Sars-Cov-2, según han podido comprobar, produce una afectación multisistémica, dañando mucho más que los pulmones.

Ante el aumento de casos que se está registrando en esta tercera ola en toda España, los especialistas del Área de Fisioterapia recuerdan que uno de los sistemas más afectados es el musculoesquelético, al que perjudica el virus en sí mismo y pero también las complicaciones derivadas de él. La falta de ejercicio o actividad física y el confinamiento, en los casos leves, y una estancia prolongada en cama en los casos más graves, pueden afectar de manera prolongada e incluso, permanente, al paciente.

La fisioterapeuta Laura Rubio, del hospital Povisa, subraya la prevalencia de secuelas como la fatiga o astenia y el dolor generalizado, a las que añade pérdida de masa y fuerza muscular, merma de la capacidad motora y movilidad, disminución de peso y déficit proteico, agravada habitualmente con una pérdida de capacidad pulmonar y dificultad para conciliar el sueño. Además, entre los efectos secundarios más comunes en pacientes Covid se encuentran “la pérdida de flexibilidad muscular, fibrosis y pérdida de equilibrio y dificultad para caminar o mantenerse en pie”. “Tras un periodo de inmovilización, se produce una atrofia muscular, porque los músculos pierden tamaño”, ha remarcado. En pacientes más graves, las secuelas pueden incluir, explica, “úlceras por decúbito, neuropatías por atrapamiento, edemas residuales y parálisis”.

Y esa afectación de las fibras musculares, llamada miopatía, según explica Rubio, aparece no solo en las extremidades inferiores. “El paciente presenta pérdida de fuerza en la musculatura más proximal, en los hombros y escápulas, en el tronco, la pelvis y en la cadera, generando una debilidad muscular muy incapacitante, porque dificulta funciones básicas”, ha señalado.

Por todo esto, los pacientes que sufren esta enfermedad son tratados en los hospitales del grupo Ribera por un equipo multidisciplinar que aborda todos los aspectos que se hayan visto afectados en el paciente. “Desde el punto de vista de la Fisioterapia, se lleva a cabo un abordaje, no sólo mediante técnicas de fisioterapia respiratoria y músculo-esquelética, sino también desde un punto de vista biopsicosocial y educacional”, ha explicado.

Para recuperarse, es recomendable un programa de rehabilitación específico, basado en ejercicio individualizado y adaptado a cada paciente, bajo control del médico y el fisioterapeuta en el que puede utilizarse electroestimulación y neuromodulación, que ayudan a superar las secuelas físicas y disminuir el dolor.

La fisioterapia se incluye en todas las fases de la enfermedad y se trabaja con el paciente, siempre que los profesionales así lo determinen, tanto en la Unidad de Cuidados Intensivos, como en hospitalización, de manera ambulatoria o de manera telemática. Para Laura Rubio, “podemos ayudar a prevenir o minimizar estas secuelas y complicaciones con una movilización precoz, si el paciente está hemodinámicamente estable, para mantener la movilidad de las articulaciones, la elasticidad de los tejidos y prevenir problemas posturales, y también con terapia física y ejercicio terapéutico”.

“Hasta el momento, el proceso de recuperación requiere de trabajo, paciencia y tiempo, ya que la recuperación está relacionada con la complejidad de cada proceso Covid, así como del estado previo del paciente”, ha asegurado.