



Participantes en el estudio sobre las consecuencias de la Covid crónica. C. A. D.

Dieta y ejercicio contra la Covid crónica

Un grupo de profesionales evaluará factores clínicos, socioeconómicos y ambientales para aliviar la enfermedad

CASTELLÓN
 Un equipo multidisciplinar integrado por personal investigador de las universidades Jaume I de Castelló y Universitat de València; profesionales clínicos de los hospitales General de Castellón y La Plana y del Centro de Salud Pública de Castellón han puesto en marcha un proyecto que evaluará la prevalencia de síntomas, los impactos socioeconómicos, los factores de riesgo y la eficacia de las intervenciones no farmacológicas de la Covid crónica.

En opinión de la investigadora principal del estudio en la UJI, Juana María Delgado Saborit del grupo de Epidemiología Perinatal, Salud Ambiental e Investigación Clínica, «los efectos a largo plazo asociados a la Covid crónica pueden producir en los afectados un impacto considerable en la calidad de la vida, y en su ámbito laboral y social, que pueden llegar a ser limitantes». Por ello,

«es importante identificar cuáles son los predictores de riesgo asociados a la prevalencia de Covid crónica y sus impactos en la población. Esta información es muy valiosa para identificar a los pacientes con riesgo de desarrollar Covid crónica, establecer acciones preventivas y generar evidencia científica que pueda ser aplicada a la práctica clínica».

Por otro lado, ha comentado la investigadora castellonense, «es necesario identificar tratamientos que alivien los síntomas que sufren los pacientes de Covid crónica, para así ayudarles a retornar a su vida cotidiana. Dicha información es muy útil para definir los tratamientos que faciliten la recuperación a los pacientes. Nosotros queremos evaluar tres tratamientos que no requieren el uso de fármacos, y que están basados en ejercicio y dieta».

El proyecto se desarrollará en dos fases. La primera es un estudio

observacional con el propósito de establecer la variedad de síntomas de la Covid crónica y su impacto socioeconómico en la población afectada. En la evaluación también se tendrán en cuenta cuáles son los factores de riesgo para desarrollar Covid crónica, entre ellos, desarrollo clínico de la infección, comorbilidades previas, aspectos socioeconómicos, ambientales y de estilo de vida asociados con una mayor prevalencia y duración de la Covid crónica.

El equipo espera recoger más de un millar de respuestas a través del formulario abierto, alojado en una plataforma segura utilizada en este tipo de estudios, para proteger los datos de los participantes. Uno de los objetivos de esta primera fase es facilitar el desarrollo de políticas encaminadas a paliar los impactos negativos que tienen los síntomas de la Covid crónica en las personas que la padecen.

En la segunda fase del estudio, el equipo analizará las intervenciones no farmacológicas para determinar su eficacia en la mejora de los síntomas de la Covid crónica. En concreto, se evaluarán dos intervenciones basadas en la dieta y una tercera en la rehabilitación física y pulmonar. Para hacerlo el grupo integra profesionales en fisioterapia, dietética, enfermería, bioquímica, medi-

cina y epidemiología. El objetivo es, igual que en la primera fase, ayudar a establecer programas de intervención para favorecer la recuperación de los pacientes.

Las personas que participarán en esta segunda fase se asignarán aleatoriamente a una de las tres intervenciones o a un cuarto grupo que servirá como control. Existirá un quinto grupo de participantes que han padecido la Covid-19 pero que no presentan síntomas de Covid crónica como grupo control sano.

Las intervenciones durarán tres meses y se hará un seguimiento por parte de los profesionales encargados de ajustar cada intervención a la mejora de cada uno de los participantes.

Las personas voluntarias que participen en el estudio rellenarán unos cuestionarios para reflejar la evolución de los síntomas.

También se les tomarán muestras biológicas (sangre, orina, heces y cabello) antes y después de acabar la intervención para conocer la evolución de determinados marcadores de salud. La previsión es contar con 180 participantes en esta fase, 30 con Covid crónica para cada una de las intervenciones, 60 para el grupo de control también con Covid crónica y 30 para el grupo de control sano integrado por personas que han pasado la Covid pero no presentan síntomas derivados de ella.

EL
 IMPACTO PUEDE
 SER CONSIDERABLE
 EN LOS AFECTADOS

UJI Y LOS
 HOSPITALES
 GENERAL Y LA PLANA
 PARTICIPAN EN EL
 PROYECTO