

## Are you seeing the right health care provider?

### Red Flags:



- Appears to have never heard of Long COVID.
- Tells you its a mental health issue without examination.
- Frames Long COVID as normal exhaustion.



### Green Flags:



- Listens to your experience.
- Shows knowledge of Long COVID symptoms.
- Investigates your signs and symptoms.



Reference: <https://www.thecity.nyc/2023/1/10/23547602/help-resources-guide-long-covid-new-york>



## Need Help?



# Long COVID: It's Real

## Did You Know?

1 in 5 adults have a health condition that might be related to their previous COVID-19 illness.

#NYDISHEALTHEQUITY



## No estás solo al enfrentar barreras para recibir atención médica para Long COVID.

- Los proveedores de atención médica a menudo no están familiarizados con los problemas de salud crónicos relacionados con Long COVID.
- Hay una falta de coordinación con los médicos para el cuidado de Long COVID.
- Las personas tienen desconfianza al buscar servicios de atención médica.
- Los costos médicos, la disponibilidad de citas y el seguro de salud para Long COVID están fuera del alcance de muchas personas.

**El 23% de los adultos hispanos informaron haber experimentado discriminación racial al buscar atención médica.**



## Los síntomas pueden incluir:

- Cansancio
- Problemas digestivos
- Dolor en el pecho
- Confusión mental
- Ansiedad
- Dolor en las articulaciones
- Coágulos de sangre
- Cambio en el gusto
- Cambio en el olfato
- Problemas del corazón
- Mareo
- Vértigo
- Problemas de sueño

## ¿Quiénes son vulnerables?

- Personas que están tomando medicamentos que debilitan su sistema inmunológico (incluso si están al día con sus vacunas del COVID-19).
- Personas que fueron hospitalizados o necesitaron cuidados intensivos para combatir el virus.
- Las personas mayores de 70 años y las mujeres de entre 40 y 60 años tienen un mayor riesgo de contraer Long COVID.
- Personas que experimentaron el síndrome inflamatorio multiorgánico (SIM) debido a COVID-19.
- Personas que no recibieron la vacuna.
- Aquellos con condiciones de salud física o mental preexistentes pobres.

## ¿Que es Long COVID?

Long COVID incluye una variedad de síntomas nuevos o continuos que duran más de 4 semanas después de contraer COVID-19.

- Long COVID puede durar meses o años, causando discapacidad.
- Long COVID es multi-sintomático.
- Los síntomas pueden ser similares a los causados por otras enfermedades crónicas.

## Lo que sabemos sobre Long COVID:

- Long COVID no es fácil de diagnosticar, con pocas pruebas disponibles actualmente.
- Long COVID es difícil de reconocer en adultos mayores, que tienen problemas de salud existentes.
- Long COVID puede confundirse con signos del envejecimiento.
- Los problemas de salud existentes pueden empeorar después de contraer COVID-19.
- Hasta la fecha, no hay formas de prevenir o tratar Long COVID, pero los síntomas pueden aliviarse.