



Impacto de las secuelas post covid-19 en adultos mayores y modelos de estrategias de intervención

Impact of post-COVID-19 sequelae on older adults and models of intervention strategies

Impacto das sequelas pós-covid-19 nos idosos e modelos de estratégias de intervenção

William Antonio Lino Villacreses ^I
William.lino@unesum.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0001-5613-9958>

Justin Alexander Gallegos Reyes ^{II}
Gallegos-justin3827@unesum.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0006-5704-503X>

Britney Andrea Salazar Coellar ^{III}
Salazar-britney4987@unesum.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0009-4092-034X>

Correspondencia: William.lino@unesum.edu.ec

Ciencias de la Salud
Artículo de Investigación

* **Recibido:** 26 de enero de 2025 * **Aceptado:** 24 de febrero de 2025 * **Publicado:** 28 de marzo de 2025

- I. Universidad Estatal del Sur de Manabí, Msc., Docente Titular de la Carrera Laboratorio Clínico, Facultad Ciencias de la Salud, Jipijapa, Ecuador.
- II. Universidad Estatal del Sur de Manabí, Estudiante de la Carrera Laboratorio Clínico, Facultad Ciencias de la Salud, Jipijapa, Ecuador.
- III. Universidad Estatal del Sur de Manabí, Estudiante de la Carrera Laboratorio Clínico, Facultad Ciencias de la Salud, Jipijapa, Ecuador.

Resumen

El COVID-19 fue una pandemia que generó diversos estragos en la población a nivel global, sin embargo, generó un mayor impacto en salud de los adultos mayores, quienes son en su mayoría los que presentan secuelas después de la infección afectando su calidad de vida. Estas manifestaciones tales como lo son las alteraciones físicas, cognitivas y emocionales, solicitan estrategias de intervención que sean eficientes, para lograr determinar el impacto de las secuelas post-COVID-19 en adultos mayores y analizar los modelos de estrategias de intervención aplicados a nivel internacional.

Las secuelas post-COVID-19 que son más comunes en personas de mayor edad son, dificultad para respirar, fatiga, dolor en el pecho, deterioro cognitivo, depresión y ansiedad. Estas patologías deterioran la calidad de vida y el funcionamiento de este colectivo y aumenta la carga asistencial de los sistemas de salud. Respecto a las estrategias de intervención, la rehabilitación física es la más utilizada seguida de las terapias multidisciplinarias que incluyen atención primaria terapia ocupacional, apoyo psicológico, así como seguimiento domiciliario.

Debido a su gran impacto en la población, las secuelas post-COVID-19 en adultos mayores representan un verdadero desafío para los sistemas de salud, dejando en evidencia la gran necesidad de incluir estrategias de intervención integrales, la rehabilitación física junto a el abordaje multidisciplinario son herramientas fundamentales para mejorar la calidad de vida y la recuperación de la población afectada.

Palabras Clave: Secuelas post-COVID; adultos mayores; COVID-19; intervención multidisciplinaria; calidad de vida.

Abstract

COVID-19 was a pandemic that wreaked havoc on the global population. However, it had a greater impact on the health of older adults, who are the majority of those experiencing after-effects after the infection, affecting their quality of life. These manifestations, such as physical, cognitive, and emotional changes, require effective intervention strategies to determine the impact of post-COVID-19 after-effects in older adults and analyze the intervention strategy models applied internationally.

The most common post-COVID-19 after-effects in older adults are shortness of breath, fatigue, chest pain, cognitive impairment, depression, and anxiety. These conditions impair the quality of

life and functioning of this group and increase the healthcare burden on healthcare systems. Regarding intervention strategies, physical rehabilitation is the most widely used, followed by multidisciplinary therapies that include primary care, occupational therapy, psychological support, and home follow-up. Due to its great impact on the population, post-COVID-19 sequelae in older adults represent a real challenge for health systems, highlighting the great need to include comprehensive intervention strategies. Physical rehabilitation along with a multidisciplinary approach are fundamental tools to improve the quality of life and recovery of the affected population.

Keywords: Post-COVID sequelae; older adults; COVID-19; multidisciplinary intervention; quality of life.

Resumo

A COVID-19 foi uma pandemia que causou vários estragos na população a nível global, no entanto gerou um maior impacto na saúde dos idosos, que na sua maioria são aqueles que apresentam sequelas após a infeção, afetando a sua qualidade de vida. Estas manifestações, como alterações físicas, cognitivas e emocionais, requerem estratégias de intervenção eficientes, para determinar o impacto das sequelas pós-COVID-19 em idosos e analisar os modelos de estratégias de intervenção aplicadas internacionalmente.

As sequelas pós-COVID-19 mais comuns nos idosos são a dificuldade respiratória, a fadiga, a dor no peito, o défice cognitivo, a depressão e a ansiedade. Estas patologias deterioram a qualidade de vida e o funcionamento deste grupo e aumentam a carga de cuidados nos sistemas de saúde. Relativamente às estratégias de intervenção, a reabilitação física é a mais utilizada seguida das terapias multidisciplinares que incluem cuidados primários, terapia ocupacional, apoio psicológico, bem como acompanhamento domiciliário.

Devido ao seu grande impacto na população, as consequências pós-COVID-19 nos idosos representam um verdadeiro desafio para os sistemas de saúde, revelando a grande necessidade de incluir estratégias de intervenção abrangentes. A reabilitação física aliada a uma abordagem multidisciplinar são ferramentas fundamentais para melhorar a qualidade de vida e a recuperação da população afetada.

Palavras-chave: Rescaldo pós-COVID; idosos; COVID 19; intervenção multidisciplinar; qualidade de vida.

Introducción

A escala mundial, la pandemia de COVID-19 generó un efecto desmedido en la salud de la población, en particular en individuos de edad avanzada, que se consideran el grupo más vulnerable y con las secuelas más graves a largo plazo (González González, Orozco Rocha, Samper Ternent, & Wong, 2021). Para los sistemas sanitarios, las complicaciones post-infección representan un auténtico reto en ascenso, definiendo un nuevo esquema de atención sociosanitaria que requiere dar prioridad a un enfoque integral fundamentado en la mezcla de atención médica especializada, rehabilitación y apoyo psicosocial (2).

Los adultos mayores infectados por SARS-CoV-2 presentan un riesgo significativamente elevado de desarrollar síndromes de afectación multisistémica, con alteraciones que comprometen diversos sistemas orgánicos y funcionales. Estas secuelas no solo impactan la calidad de vida, sino que generan una considerable carga asistencial y económica para los sistemas de salud (3).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (4,5) aproximadamente entre el 10% y el 20% de los pacientes que han superado la infección por COVID-19 experimentan secuelas persistentes, con una prevalencia más elevada en población adulta mayor, estas manifestaciones pueden mantenerse hasta 12 meses luego de la infección inicial.

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) (6,7) mostró que la pandemia de COVID-19 tuvo un impacto mayor en la población de edad avanzada en las Américas, sugiriendo una tendencia de mortalidad centrado en primera instancia en adultos mayores de 70 años de edad, el entorno local evidenció dificultades específicas en el manejo de esta población en estado de vulnerabilidad, donde el cuidado en el hogar es más común y el distanciamiento social se vuelve complicado de mantener para garantizar una protección efectiva o adecuada.

En Ecuador, la exposición de los adultos mayores ante el COVID-19 evidenció una situación crítica, generando un impacto significativo en la morbimortalidad, según la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) (8), de las 9.911 muertes registradas en el año 2020, un 59,1% correspondió a este grupo de la población lo cual señala su alta sensibilidad a efectos adversos por SARS-CoV-2. La crisis sanitaria mostró la necesidad de implementar medidas de protección adecuadas en hospitales, centros especializados en geriatría y lugares de cuidado gerontológico, con lineamientos de deben ser estrictamente respetadas para garantizar la seguridad y bienestar integral de este grupo de riesgo (9).

La pandemia de COVID-19 ha revelado una vulnerabilidad crítica en los adultos mayores, configurando un escenario epidemiológico que demanda una comprensión profunda de las secuelas a largo plazo por lo que es fundamental entender los mecanismos fisiopatológicos y desarrollar estrategias de intervención efectivas (Vega Rivero, Ruvalcaba Ledezma, Hernández Pacheco, Acuña Gurrola, & López Pontigo, 2020). La falta de conocimiento sobre las manifestaciones específicas en la población adulta mayor justifica la necesidad de realizar estudios comprensivos que permitan caracterizar integralmente este fenómeno sociosanitario emergente.

Los efectos posteriores al COVID-19 en las personas de tercera edad impulsaron el desarrollo de programas de rehabilitación que se enfocan especialmente en ejercicios de fortalecimiento, así como balance para prevenir accidentes o mejorar la capacidad funcional (11). La formación de unidades especializadas en COVID persistente ha permitido un enfoque multidisciplinario, en el cual profesionales de diferentes especialidades médicas trabajan juntos para brindar una atención integral adaptada a las necesidades de los pacientes (12). Estas intervenciones buscan abordar tanto las consecuencias físicas como las psicológicas de la enfermedad, promoviendo una recuperación integral en esta población vulnerable.

Prendki y col. (13) en el año 2022 en Italia, realizaron un estudio investigativo bibliográfico titulado “Cuidado de adultos mayores durante la pandemia de COVID-19” en el cual detallan que los pacientes mayores con COVID-19 suelen presentar síntomas atípicos, como la ausencia de fiebre y delirio, lo que dificulta el diagnóstico y eleva la mortalidad. Es por esto que, es crucial atender las secuelas prolongadas del post-COVID, incluyendo el deterioro funcional y cognitivo para establecer estrategias específicas para esta población vulnerable.

Derrer y col. (14) en el año 2023 en Reino Unido realizaron una revisión sistemática cualitativa de la literatura titulada “Experiencias de adultos mayores durante la pandemia de COVID-19”. Identificaron que la pandemia de COVID-19 ha afectado profundamente el bienestar de los adultos mayores, un grupo especialmente vulnerable debido a factores físicos, sociales y emocionales. Las restricciones impuestas para controlar la propagación del virus intensificaron el aislamiento social, limitando la proximidad a seres queridos y aumentando sentimientos de ansiedad, depresión y soledad.

Este estudio titulado “Impacto de las secuelas post covid-19 en adultos mayores y modelos de estrategias de intervención” se enmarca en el proyecto de vinculación comunitaria “Estrategias de intervención en población vulnerable identificadas con secuela post COVID-19 de la zona Sur de

Manabí” que tiene como propósito investigar las consecuencias a largo plazo del COVID-19 en la salud física de los adultos mayores, un grupo especialmente vulnerable. Aportando beneficios investigativos a las asignaturas de biología, bioquímica, inmunología y salud pública.

El objetivo central es evaluar el impacto de las secuelas post COVID-19 en este sector de la población y proponer modelos de intervención efectivos para su recuperación. Para ello, se plantea identificar las diversas secuelas que afectan a los adultos mayores tras superar la enfermedad, evaluar cómo estas repercuten en su calidad de vida y explorar estrategias multidisciplinarias de intervención que hayan demostrado ser eficaces.

La finalidad de esta investigación radica en determinar el impacto de las secuelas post-COVID-19 en adultos mayores, analizando sus manifestaciones clínicas y los modelos de estrategias de intervención desarrolladas internacionalmente. Según lo expuesto, surge la siguiente interrogante. ¿Cuáles son las principales secuelas post-COVID-19 en adultos mayores y qué modelos de estrategias de intervención se han desarrollado para su abordaje integral?

Objetivo general

Determinar el impacto de las secuelas post covid-19 en adultos mayores y cuáles son los modelos de estrategias de intervención.

Objetivos específicos

- Identificar las distintas secuelas que presentan los adultos mayores después de la infección por COVID-19.
- Analizar el efecto de las secuelas post COVID-19 en la calidad de vida de los adultos mayores.
- Examinar los diferentes modelos de estrategias de intervención multidisciplinaria implementados para los adultos mayores con secuelas post COVID-19.

METODOLOGÍA

Diseño y tipo de estudio: La presente investigación se llevó a cabo a través de un diseño de tipo documental con carácter exploratorio y descriptivo.

Métodos de búsqueda: Se llevó a cabo una búsqueda y revisión bibliográfica a través de bases de datos de nivel científico como Elsevier, PubMed, Scielo, Redalyc, Springer; además de la revisión

de páginas oficiales de organizaciones nacionales e internacionales, tales como Organización Mundial de la Salud, Organización Panamericana de la Salud, Solca, Ministerio de Salud Pública del Ecuador. Para la búsqueda se implementó el uso de los términos covid-19, adultos mayores, pandemia, impacto, así como el uso de los operadores booleanos “and” y “or”.

Criterios de inclusión: Se incluyeron los estudios que sean completos, gratuitos, de revisión e investigaciones originales, además de datos proporcionados por páginas oficiales. Todos los documentos publicados en un periodo comprendido entre el año 2019 y 2024, que sean en idiomas: español, inglés y portugués.

Criterios de exclusión: Se excluyeron todos los artículos que no estén disponibles en una versión gratuita y completa, así como tesis, monografías, cartas al editor, blogs, guías clínicas, resúmenes o actas de simposios y congresos. También se descartaron aquellos estudios que no aborden a adultos mayores o traten sobre enfermedades distintas a las secuelas post-COVID-19.

Criterios éticos: El presente trabajo cumple de forma fidedigna con todas las normas y los principios universales de la bioética que son establecidas por las organizaciones internacionales, es decir que se garantiza la transparencia de toda la información utilizada en esta investigación y la propiedad intelectual de los autores mediante la correcta referenciación y citación a través de las normas Vancouver.

RESULTADOS

Tabla1. Secuelas que presentan los adultos mayores después de la infección por COVID-19.

Autor (es)	País	Año	Tipo de estudio	Muestra	Secuelas post COVID-19 en adultos mayores
Carfi y col. (15)	Italia	2020	Estudio observacional de cohorte prospectiva	179	Disnea, fatiga, dolor torácico y dolor en las articulaciones
Zhou y col. (16)	China	2020	Estudio retrospectivo	191	Dificultad respiratoria y fatiga
Fernandez y col. (17)	Francia	2020	Estudio longitudinal	120	Fatiga, trastorno de sueño y disnea

Sotomayor y col. (18)	Ecuador	2021	Estudio descriptivo transversal	135	Estrés, angustia, temor y tristeza
Mainous y col. (19)	Estados Unidos	2021	Estudio de cohorte retrospectivo	424	Neumonía, síndrome de dificultad respiratoria aguda e hipoxemia
Contreras y col. (20)	Perú	2022	Estudio descriptivo retrospectivo	584	Tos, mialgia y vértigo
Velazco y González (21)	Cuba	2022	Estudio observacional, descriptivo y transversal	287	Estrés, ansiedad y depresión
Salci y col. (22)	Brasil	2022	Estudio longitudinal	3.000	Mialgia, fatiga, ansiedad y depresión
Fernández y col. (23)	Cuba	2022	Estudio descriptivo, transversal, de corte cuanti-cualitativo	133	Depresión
Cohen y col. (24)	China	2022	Estudio de cohorte retrospectivo	87.337	Insuficiencia respiratoria, fatiga y amnesia
Fang y col. (25)	China	2022	Estudio de cohorte prospectivo multicéntrico	1.233	Fatiga, sudoración, ansiedad, mialgia y tos
Llanga y col. (26)	Ecuador	2023	Estudio descriptivo de cohorte transversal	508	Disnea, tos, fatiga, cefaleas y dolor torácico
Corbett y col. (27)	Reino Unido	2024	Estudio longitudinal	3.142	Deterioro cognitivo
Wan y col. (28)	China	2023	Estudio de cohorte retrospectivo	165.259	Arritmias, ansiedad, estrés y pánico

Shyam y col. (29)	España	2024	Estudio longitudinal	5.179	Deterioro cognitivo
-------------------	--------	------	----------------------	-------	---------------------

Análisis e interpretación

Según a los artículos revisados, existen pruebas sólidas de que el COVID-19 deja efectos significativos y duraderos en las personas de mayor edad, afectando de manera negativa su bienestar físico tanto como la mental, entre los problemas físicos más frecuentes en (2020) en Italia identificaron que la disnea, la fatiga y el dolor torácico son algunos de los síntomas más frecuentes en las personas afectadas, lo que tiene relación con los hallazgos de Zhou et al. (2020) en China, quienes reportaron dificultad respiratoria persistente y fatiga en los pacientes recuperados. A nivel psicológico, los estudios resaltan síntomas como ansiedad, depresión y estrés, especialmente en investigaciones realizadas en América Latina, como el de Sotomayor et al. (2021) en Ecuador y el de Velazco y González (2022) en Cuba, han destacado el impacto emocional de la pandemia, encontrando altos niveles de ansiedad, depresión y estrés en adultos mayores. Además, en Reino Unido y España, se detectó el deterioro cognitivo como una secuela importante en los adultos mayores tras la infección por COVID-19.

Tabla2. Impacto de las secuelas post COVID-19 en la calidad de vida de los adultos mayores.

Autor (es)	País	Año	Tipo de estudio	Muestra	Impacto de las secuelas post COVID-19
Herrera y col. (30)	Argentina	2020	Estudio transversal	descriptivo 2.912	Aumento de sedentarismo, alteración en hábitos alimenticios y desesperanza
Naranjo y col. (31)	Cuba	2021	Estudio transversal	descriptivo 100	Afectación de la salud mental y soledad
Molina y col. (32)	España	2021	Estudio observacional	longitudinal 141	Afectación de la salud mental
Junco y col. (33)	México	2022	Estudio transversal	5	Soledad

Fernández y col. (34)	Ecuador	2022	Estudio descriptivo, transversal con enfoque cuantitativo- cualitativo	50	Preocupación, desamparo, sensación de vida vacía y aburrimiento frecuente
Velasco y López. (35)	Ecuador	2022	Estudio cuantitativo, descriptivo y transversal	58	Estrés, falta del vínculo familiar y pérdida del propósito de vida
Kim y col. (36)	Corea del Sur	2022	Estudio prospectivo longitudinal	82	Pérdida de empleo y aumento de visitas clínicas
Carmona y col. (37)	México	2022	Estudio transversal	114	Movilidad deteriorada, soledad e inactividad física
Prieto y col. (38)	España	2022	Estudio retrospectivo	34	Afectación de la salud mental y movilidad deteriorada
Luengo y col. (39)	Chile	2022	Estudio descriptivo transversal	78	Afectación de la salud mental y desesperanza
Sempere y col. (40)	España	2023	Estudio longitudinal	12	Disminución de salud y empeoramiento funcional
Briere y col. (41)	Canadá	2023	Estudio transversal	2,207	Afectación de la salud mental
Guaraldi y col. (42)	Italia	2023	Estudio observacional transversal	232	Fragilidad
Mastrorsa y col. (43)	Italia	2023	Estudio prospectivo	572	Afectación de la salud mental

Moreta y col. (44)	Ecuador	2024	Estudio descriptivo, correlacional y explicativo de corte transversal	40	Soledad y desesperanza
--------------------	---------	------	---	----	------------------------

Análisis e interpretación

Las consecuencias después de la COVID-19 causaron un notable deterioro en el estilo de vida de los adultos mayores, empeorando su capacidad de movimiento, estado emocional y salud mental. Herrera et al. (2020) en Argentina identificaron un incremento en el sedentarismo y una alteración en cuanto a los hábitos alimenticios. De manera similar, Naranjo et al. (2021) en Cuba destacaron la afectación de la salud mental y el incremento de la soledad como una de las principales consecuencias del aislamiento derivado de la pandemia. Otros estudios, como el de Luengo et al. (2022) en Chile y el de Sempere et al. (2023) en España, han reportado una disminución en la autonomía funcional de los adultos mayores, exacerbando el riesgo de dependencia y deterioro cognitivo.

En relación a los hallazgos establecidos, se muestra una tendencia común en los impactos negativos que las secuelas post-COVID-19 sobre la salud mental, la movilidad, la actividad física y el bienestar emocional en los adultos mayores. Entre los efectos más prevalentes destacan la soledad, la desesperanza y los trastornos en la salud mental, lo que subraya la urgente necesidad de implementar intervenciones que promuevan la salud integral de este grupo vulnerable, especialmente en contextos de confinamiento o crisis sanitaria.

Tabla3. Modelos de estrategias de intervención multidisciplinaria implementados para los adultos mayores con secuelas post COVID-19.

Autor (es)	País	Año	Tipo de estudio	Muestra	Modelos de estrategias de intervención multidisciplinaria
Aiash y col. (45)	Egipto	2021	Estudio transversal	50	Atención primaria en salud
Udina y col. (46)	España	2021	Estudio observacional transversal	33	Rehabilitación física

Nambi y col. (47)	Arabia Saudita	2022	Estudio descriptivo transversal	76	Rehabilitación física
Medina y col. (48)	Cuba	2022	Estudio transversal	23	Intervención educativa
Chicaiza y col. (49)	Ecuador	2023	Estudio observacional, descriptivo de corte transversal	28	Atención primaria, seguimiento domiciliario y acceso a servicios de salud
Torres y Gradidge (50)	Sudáfrica	2023	Estudio descriptivo transversal	32	Rehabilitación con ejercicios respiratorios
Araya y col. (51)	Chile	2023	Estudio transversal	572	Rehabilitación física, terapia ocupacional y psicoterapia
McCarthy y col. (52)	Irlanda	2023	Estudio transversal	570	Rehabilitación física, terapia ocupacional, terapia del habla, nutrición humana y dietética
Ochiai y col. (53)	Brasil	2023	Estudio transversal observacional	159	Atención primaria en salud
Squillace y col. (54)	Italia	2023	Estudio prospectivo observacional	361	Rehabilitación respiratoria, neurológica y psicoterapia
Stengel y col. (55)	Alemania	2023	Estudio observacional transversal	14	Atención primaria en salud
Deng y col. (56)	China	2024	Estudio descriptivo transversal	832	Rehabilitación física y respiratoria

Cataneo y col. México (57)	2024	Estudio prospectivo	730	Rehabilitación física, nutrición, psicología y rehabilitación pulmonar
Wei y col. (58)	China 2024	Estudio de cohorte retrospectivo	6.183	Atención primaria, seguimiento domiciliario y acceso a servicios de salud
Monteiro y col. Brasil (59)	2024	Estudio prospectivo	38	Rehabilitación física

Análisis e interpretación

Las tácticas de intervención multidisciplinaria fueron claves en la recuperación de los adultos mayores que presentaban secuelas post-COVID-19. Udina et al. (2021) en España evidenciaron que la rehabilitación física puede mejorar notablemente las capacidades funcionales de los pacientes, facilitando su independencia. Araya et al. (2023) en Chile señalaron la relevancia que integrar la terapia ocupacional con la rehabilitación física para la recuperación efectiva de los adultos mayores, McCarthy et al. (2023) en Irlanda resaltaron el éxito de incluir programas de atención multidisciplinaria evidenciando de esta manera mejoras notables en calidad de cada individuo que superó el COVID-19.

En contraste con las investigaciones obtenidas, se identifica como la estrategia más común para la recuperación post-COVID-19 a la rehabilitación física debido a sus resultados favorables en la funcionalidad y el bienestar de los pacientes.

DISCUSIÓN

El estudio de las secuelas post-COVID-19 en personas de edad avanzada muestra un escenario complicado que afecta de manera significativa su calidad de vida, perjudicando su autonomía y bienestar general. Los datos de esta investigación permiten identificar las principales secuelas físicas, cognitivas y emocionales, aumentando la necesidad de tácticas de intervención eficaces para mitigar el impacto de estas secuelas y potenciar la recuperación en este grupo vulnerable.

Los hallazgos de esta investigación afirman que el COVID-19 tiene un impacto significativo en la salud física y mental de los adultos mayores, tal como se pone en manifiesto en las investigaciones realizadas en diversos países de América Latina y Asia. El estudio de Sui y col. (60), en Francia, señalo que la disnea y la mialgia son secuelas comunes en pacientes han recuperados, que se alinea con los descubrimiento sobre las trastornos físicas más habituales. Asimismo, en Italia, un estudio de Martino y col. (61) resaltó la existencia de síntomas psicológicos como ansiedad y depresión, particularmente en personas de edad avanzada con antecedentes de enfermedades crónicas, fortaleciendo la evidencias sobres las secuelas mentales detectadas en este trabajo.

En este estudio se confirma una tendencia preocupante en los impactos negativos de las secuelas post-COVID-19 sobre la salud mental, la movilidad y el bienestar emocional de los adultos mayores, coincidiendo con investigaciones previas. Lauria y col. (62) ya habían señalado que el aislamiento social exacerbó la soledad y la depresión en este grupo, especialmente en aquellos con menor acceso a herramientas digitales. También, Ghram y col. (63) hallaron que la disminución de la actividad motriz durante la cuarentena agravó tanto los trastornos de salud física como mental, lo que subraya la necesidad de fomentar estrategias que permitan preservar la movilidad en situaciones complicadas.

Nuestra investigación ha demostrado que la rehabilitación física es la intervención más habitual y segura para abordar las secuelas post-COVID-19 en adultos mayores, lo cual encaja con los descubrimientos de Van y col. (64), quienes demostraron que programas de ejercicios personalizados mejoraron significativamente la funcionalidad en este grupo poblacional. El estudio de Feng y col. (65) en China demostró que el Qigong es beneficioso para la rehabilitación post-COVID-19 en adultos mayores, mejorando la función respiratoria y emocional. Sin embargo, estos hallazgos no concuerdan con nuestro estudio, donde la rehabilitación física tradicional fue la intervención más efectiva.

CONCLUSIÓN

Los estudios analizados evidencian que los adultos mayores presentan varias secuelas físicas y psicológicas tras la infección por COVID-19. Las secuelas físicas más frecuentes incluyen disnea, fatiga, dolor torácico y mialgia, mientras que a nivel psicológico predominan la ansiedad, la depresión y el estrés. Estos hallazgos resaltan la necesidad de abordar tanto las afectaciones físicas como mentales en este grupo poblacional, en la calidad de vida de los adultos mayores las secuelas

post-COVID-19 generaron un impacto significativo su bienestar, afectando de manera negativa su salud mental, salud emocional y habilidad motriz.

Bajo estas circunstancias la rehabilitación física emerge como una estrategia de intervención funcional para tratar las secuelas que dejó el COVID-19 en adultos mayores buscando mejorar su calidad de vida y su independencia. De igual manera enfoques multidisciplinarios, que combinan terapias ocupacionales, seguimiento domiciliario, atención primaria y apoyo psicológico, demostraron ser prometedores también. Estos modelos integrales son esenciales para abordar la complejidad de las secuelas físicas y psicológicas, adaptándose a las necesidades específicas de cada paciente y contexto.

Referencias

1. González González C, Orozco Rocha K, Samper Ternent R, Wong R. Adultos Mayores en riesgo de Covid-19 y sus vulnerabilidades socioeconómicas y familiares: un análisis con el ENASEM. Papeles de población. 2021 Diciembre; XXVII(107).
2. San Sebastián CD. Estrategias de Salud Pública. Madrid: Ministerio de Sanidad; 2022.
3. Despaigne Biset AE, Vallejo Santiago I, Margarita Gómez L, Tamayo Reus C, Laurencio Vallina SC. Algunas consideraciones relevantes de la COVID-19 en el adulto mayor. MediSur. 2023 Octubre; XXI(5).
4. OMS. Organización Mundial de la Salud. [Online].; 2023 [cited 2024 Diciembre 6. Available from: <https://www.who.int/teams/health-care-readiness/post-covid-19-condition>.
5. OMS. Organización Mundial de la Salud. [Online].; 2023 [cited 2024 Diciembre 6. Available from: [https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/coronavirus-disease-\(covid-19\)-post-covid-19-condition](https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/coronavirus-disease-(covid-19)-post-covid-19-condition).
6. OPS. Organización Panamericana de la Salud. [Online].; 2023 [cited 2024 Diciembre 6. Available from: <https://www.paho.org/es/envejecimiento-saludable/covid-19-adultos-mayores>.
7. Salud OPdl. OPS. [Online].; 2020 [cited 2024 Diciembre 6. Available from: <https://www.paho.org/es/noticias/30-9-2020-personas-mayores-60-anos-han-sido-mas-afectadas-por-covid-19-americas>.
8. Huenchuan S, Yanes Rizo PE, Negrete Rovira MdC. El derecho a la vida y la salud de las personas mayores en el marco de la pandemia por COVID-19. Ciudad de México: Comisión Económica para América Latina y el Caribe , Departamento de Salud; 2020.
9. Caiza Fauta D. Lineamientos para la prevención de la COVID-19 en entornos laborales de cuidado al adulto mayor. Quitumbe: Ministerio de Salud Pública, Dirección Nacional de Ambiente y Salud; 2021.

10. Vega Rivero JA, Ruvalcaba Ledezma JC, Hernández Pacheco I, Acuña Gurrola MdR, López Pontigo L. La Salud de las Personas Adultas Mayores durante la Pandemia de COVID-19. PROEDITIO. 2020 Mayo; V(7).
11. Fernández Rodríguez Y, Abreus Mora JL. La rehabilitación física Pos COVID 19 en adultos mayores (Revisión). AmeliCA. 2022 Marzo; XIX(2).
12. PAHO. PAHO. [Online].; 2020 [cited 2024 Diciembre 6. Available from: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/52729/OPSIMSHSSCOVID-19200032_spa.pdf.
13. Prendki V, Tiseo G, Falcone M. Caring for older adults during the COVID-19 pandemic. *Clinical Microbiology and Infection*. 2022 Junio; XXVIII(6).
14. Derrer Merk E, Reyes Rodriguez MF, Soulsby LK, Roper L, Bennett KM. Older adults' experiences during the COVID-19 pandemic: a qualitative systematic literature review. *BMC*. 2023 Septiembre; XXIII(580).
15. Carfi A, Bernabei R, Landi F. Persistent Symptoms in Patients After Acute COVID-19. *JAMA*. 2020 Julio; CCCXXIV(6): p. 603–605.
16. Zhou F, Yu T, Du R, Fan G, Liu Y, Liu Z. Clinical course and risk factors for mortality of adult inpatients with COVID-19 in Wuhan, China: a retrospective cohort study. *The Lancet*. 2020 Marzo; CCCXCV.
17. Fernández de las Peñas C, Notario KI, Macasaet R, Velasco JV, Catahaymi JA, Verd AT, et al. Persistencia de síntomas post-COVID en la población general dos años después de la infección por SARS-CoV-2: una revisión sistemática y un metanálisis. *Journal of infection*. 2020 Febrero; LXXXVIII (2).
18. Sotomayor Preciado AM, Espinoza Carrión FM, Rodríguez Sotomayor JdR, Campoverde Ponce MdR. Impacto en la salud mental de los adultos mayores post pandemia Covid-19, El Oro Ecuador. *Polo del Conocimiento*. 2021; VI(1).
19. Mainous AG, Rooks BJ, Wu V, Orlando FA. COVID-19 Post-acute Sequelae Among Adults: 12 Month Mortality Risk. *Frontiers in Medicine*. 2021 Diciembre; VIII(1).
20. Contreras Carmona PJ, Romero-Albino Z, Cuba Fuentes MS. Descripción de síntomas frecuentes y persistentes de COVID-19 en asistentes a centros del adulto mayor. *Medwave*. 2022 Junio ; XXII(1).

21. Velazco Brito L, González Santiesteban A. Síndrome post COVID-19 y salud mental en los adultos mayores. *Panorama. Cuba y Salud*. 2022 Mayo; XVII(3).
22. Salci MA, Carreira L, Facchini LA, Oliveira MLFd, Oliveira RRd, Ichisato SMT, et al. Post-acute COVID and long-COVID among adults and older adults in the State of Paraná, Brazil: protocol for an ambispective cohort study. *BMJ Open*. 2022 Septiembre; VIII(12).
23. Fernández González D, García Ramos MS, Álvarez Héctor G, Morales Vento E. Caracterización de la depresión en adultos mayores atendidos en consulta post- COVID-19. *Medimay*. 2022 Diciembre; XXIX(4).
24. Cohen K, Lipsitch M, Daugherty SE. Risk of persistent and new clinical sequelae among adults aged 65 years and older during the post-acute phase of SARS-CoV-2 infection: retrospective cohort study. *The BMJ*. 2022 Febrero; CCCLXXVI.
25. Fang X, Cen Y, Lin H, Zhan K, Yang S, Li L, et al. Post-sequelae one year after hospital discharge among older COVID-19 patients: A multi-center prospective cohort study. *Journal of Infection*. 2022 Febrero; LXXXIV (2).
26. Llanga Vargas EF, Guacho Tixi ME, Robalino Valdiviezo MP. Secuelas respiratorias síndrome post- COVID-19 en adultos mayores de la provincia de Chimborazo. *La Ciencia al Servicio de la Salud y la Nutrición*. 2023 Junio; XIV(1).
27. Corbett A, Williams G, Creese B, Hampshire A, Hayman V, Palmer A, et al. Deterioro cognitivo en adultos mayores en el Reino Unido durante y después de la pandemia de COVID-19: un análisis longitudinal de los datos del estudio PROTECT. *The Lancet*. 2023 Noviembre; IV(11).
28. Wan EYF, Zhang R, Mathur S, Yan VKC, Lai FTT, Chui CSL, et al. Post-acute sequelae of COVID-19 in older persons: multi-organ complications and mortality. *Journal of Travel Medicine*. 2023 Julio; XXX(5).
29. Shyam S, Gómez Martínez C, Ni J, Gaforio JJ, Martínez González MÁ, Corella D, et al. COVID-19 and Cognitive Decline in Older Adults with. *Aging and Disease*. 2024 Julio; XVI(2).
30. Herrera Paz JJ, Bobadilla Jacob P, Ben Igolnikof D, García Zamora S, Sandoval C, Cancer M, et al. Impacto psicosocial de la pandemia por COVID-19 en adultos de Buenos Aires. *Revista argentina de cardiología*. 2020 Agosto; LXXXVIII (5).

31. Naranjo Hernández Y, Mayor Walton S, de la Rivera García O, González Bernal R. Estados emocionales de adultos mayores en aislamiento social durante la COVID-19. *Revista Información Científica*. 2021 Marzo; C(2).
32. Molina Martínez MÁ, Paniagua Granados T, Fernández Fernández V. Impacto psicológico del confinamiento en una muestra de personas mayores: estudio longitudinal antes y durante el COVID-19. *Acción Psicológica*. 2021 Junio; XVIII(1).
33. Junco Méndez FdC, Galindo Soto JA, Maya Pérez E, Ortega Jiménez M. Percepción del bienestar del adulto mayor durante el confinamiento por la pandemia por covid-19. *Societas*. 2022 Julio; XXIV(1).
34. Fernández Bedoya JS, Guamán Zumba BL, Sotomayor Preciado AM. Impacto Post Covid-19 en la Calidad de Vida del Adulto Mayor. *Polo del conocimiento*. 2022 Agosto; VII(8).
35. Velasco Tipanquiza JA, López Pérez GP. Bienestar psicosocial del adulto mayor durante la pandemia covid-19 en la comunidad de Patutan Provincia de Cotopaxi. *Enfermería Investiga*. 2022 Julio; VII(3).
36. Kim SG, Kwon HC, Kang TK, Kwak MY, Lee S, Lee K, et al. COVID-19 Sequelae and Their Implications on Social Services. *Journal of Korean Medical Science*. 2022 Noviembre; XVIII(37).
37. Carmona González M, Flores Garnica A, Sánchez Ramos MÁ, Ortiz Rodríguez MA, Arenas Ocampo ML, García Serrano LA, et al. Impact of the COVID-19 pandemic on the quality of life of older adults. *Journal of Global Health Reports*. 2022 Septiembre; VI.
38. Prieto Rodríguez MÁ, March Cerdá JC, Martín Barato A, Escudero Carretero M, López Doblas M, Luque Martín N. Repercusiones del confinamiento por COVID-19 en pacientes crónicos de Andalucía. *Gaceta Sanitaria*. 2022 Septiembre; XXXVI(2).
39. Luengo Martínez C, Ocares Bravo J, Sandoval San Martin P, Santana Uribe T, Vásquez Carrasco K, Morales Ojeda I. Depresión y desesperanza en adultos mayores pertenecientes a agrupaciones comunitarias en Chillán, Chile. *Gerokomos*. 2022 Enero; XXXII(4).
40. Sempere Gil G, Méndez Mateo I, Ruiz Esteban C. Calidad de vida de mayores institucionalizados tras el confinamiento por la COVID-19. *Revista de Psicología de la Salud*. 2023 Enero; XI(1).
41. Briere J, Wang SH, Khanam UA, Lawson J, Goodridge D. Quality of life and well-being during the COVID-19 pandemic: associations with loneliness and social isolation in a

- cross-sectional, online survey of 2,207 community-dwelling older Canadians. *BMC Geriatrics*. 2023 Septiembre; XXIII(615).
42. Guaraldi G, Milic J, Barbieri S, Marchiò T, Caselgrandi A, Motta F, et al. Quality of life and intrinsic capacity in patients with post-acute COVID-19 syndrome is in relation to frailty and resilience phenotypes. *Scientific Reports*. 2022 Enero; XIII.
 43. Mastroso I, Del Duca G, Pinnetti C, Lorenzini P, Vergori A, Brita AC, et al. What is the impact of post-COVID-19 syndrome on health-related quality of life and associated factors: a cross-sectional analysis. *Health and Quality of Life Outcomes*. 2023 Marzo; XXI(28).
 44. Moreta Herrera R, Sanabria M, Álava E, Rodas JA. Impacto de la percepción de riesgo del Covid-19 en el malestar psicológico de adultos mayores. *Revista Ecuatoriana de Ciencia, Tecnología e Innovación en Salud Pública*. 2024 Mayo; VIII(24).
 45. Aiash H, Khodor M, Shah J, Ghozy S, Sheble A, Hassane A, et al. Integrated multidisciplinary post-COVID-19 care in Egypt. *The Lancet*. 2021 Julio; IX(7).
 46. Udina C, Ars J, Morandi A, Vilaró J, Cáceres C, Inzitari M. Rehabilitation in adult post-COVID-19 patients in post-acute care with Therapeutic Exercise. *The Journal of Frailty & Aging*. 2021 Julio; X(3).
 47. Nambi G, Abdelbasset WK, Alrawaili SM, Elsayed SH, Verma A, Vellaiyan A, et al. Comparative effectiveness study of low versus high-intensity aerobic training with resistance training in community-dwelling older men with post-COVID 19 sarcopenia: A randomized controlled trial. *Clinical Rehabilitation*. 2022 Junio; XXXVI(1).
 48. Medina Fuentes G, Carbajales León EB, Carbajales León AI, Silva Corona I. Estrategia educativa sobre COVID-19 en adultos mayores de la Casa de Abuelos Esperanza de Tíñima. *Revista Médica Electrónica*. 2022 Febrero; XLIV(1).
 49. Chicaiza Guaña NO, Guerrón Enríquez SX, Narváez Jaramillo ME, Maynard Bermúdez RE. Cuidados de la salud en tiempos de COVID-19 para adultos mayores del Centro de Salud San Francisco de Tulcán, Ecuador. *Revista Información Científica*. 2023 Abril; CII.
 50. Torres G, Gradidge PJ. The quality and pattern of rehabilitation interventions prescribed for post-COVID-19 infection patients: A systematic review and meta-analysis. *Preventive Medicine Reports*. 2023 Octubre; XXXV.
 51. Araya Quintanilla F, Sepulveda Loyola W, Cuyul Vásquez I, Alvarez Bustos A, Gutiérrez Espinoza H, Probst VS, et al. Recommendations and Effects of Rehabilitation Programs in

- Older Adults After Hospitalization for COVID-19: A Scoping Review. *American journal of physical medicine & rehabilitation*. 2023 Julio; CII(7).
52. McCarthy A, Galvin R, Dockery F, McLoughlin K, O'Connor M, Corey G, et al. Multidisciplinary inpatient rehabilitation for older adults with COVID-19: a systematic review and meta-analysis of clinical and process outcomes. *BMC Geriatrics*. 2023 Junio; XXVII(23).
 53. Ochiai GS, Gil de Godoy C, Gouveia E Silva ÉC, Brancolini de Oliveira D, Mendes da Silva E, de Oliveira Candido Viana B, et al. Functional impact on adults and older people after hospitalization by Covid-19. *Physiotherapy Research International*. 2023 Abril; XVIII(2).
 54. Lettino M, Strepparava MG, Ferrarese C, Pollastri E, Ricci E, Bonfanti P. A multidisciplinary approach to screen the post-COVID-19 conditions. *BMC Infectious Diseases*. 2023 Enero; XXIII(54).
 55. Stengel S, Gözl L, Kolb J, Tarbet K, Völler S, Koetsenruijter J, et al. First insights into multidisciplinary and multispecialty long COVID networks—a SWOT analysis from the perspective of ambulatory health care professionals. *Frontiers*. 2023 Noviembre; X(8).
 56. Deng J, Qin C, Lee M, Lee Y, You M, Liu J. Effects of rehabilitation interventions for old adults with long COVID: A systematic review and meta-analysis of randomised. *Journal of global health*. 2024 Agosto; XIV.
 57. Cataneo Piña DJ, Castorena Maldonado A, González Islas D, Galicia Amor S, Orea Tejada A, Pelaez Hernández V, et al. Enhancing quality of life in severe post-COVID-19 survivors through multidisciplinary care. *ERJ Open Research*. 2024 Abril; X(4).
 58. Wei C, Yan VKC, Maringe C, Tian W, Chu RYK, Liu W, et al. Effectiveness of post-COVID-19 primary care attendance in improving survival in very old patients with multimorbidity: a territory-wide target trial emulation. *BMJ Journal*. 2024 Julio ; XII(3).
 59. Monteiro Lapo H, Veiga Sardeli A, Oliveira Mariano L, Howroyd FJ, Sokoll PR, Sapey E, et al. Functionality loss due to COVID-19 hospitalisation in older adults recovers with inpatient rehabilitation: A systematic review and meta-analysis. *Experimental Gerontology*. 2024 Diciembre; CXCVIII.
 60. Sui Ko AC, Candellier A, Mercier M, Joseph C, Schmit JL, Lanoix JP, et al. Number of initial symptoms is more related to long COVID-19 than acute severity of infection: a

- prospective cohort of hospitalized patients. *International Journal of Infectious Diseases*. 2022 Mayo; CXVIII.
61. Martino GP, Benfaremo D, Bitti G, Valeri G, Postacchini L, Marchetti A, et al. 6 and 12 month outcomes in patients following COVID 19 related. *Internal and Emergency Medicine*. 2022 Abril; XVII(3).
 62. Lauria A, Carfi A, Benvenuto F, Bramato G, Ciciarello F, Rocchi S, et al. Neuropsychological Measures of Long COVID-19 Fog in Older Subjects. *Clinics in Geriatric Medicine*. 2022 Agosto; XXXVIII(3).
 63. Ghram A, Briki W, Mansoor H, Al-Mohannadi AS, Lavie CJ, Chamari K. Home-based exercise can be beneficial for counteracting sedentary behavior and physical inactivity during the COVID-19 pandemic in older adults. *Postgraduate Medicine*. 2021 Junio; CXXIII(5).
 64. Van Tol LS, Haaksma ML, Cesari M, Dockery F, Everink IHJ, Francis BN, et al. Post-COVID-19 patients in geriatric rehabilitation substantially recover in daily functioning and quality of life. *Age and Ageing*. 2024 Mayo; LIII(5).
 65. Feng F, Tuchman S, Denninger JW, Fricchione GL, Yeung A. Qigong for the Prevention, Treatment, and Rehabilitation of COVID-19 Infection in Older Adults. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*. 2020 Agosto; XXVIII(8).