

# La Cerdanya dedica un projecte específic a la covid persistent

- ▶ Es tracta d'una iniciativa pionera de La Clinique du Souffle La Solane i l'hospital transfronterer
- ▶ El seu estudi conclou que la rehabilitació respiratòria és eficaç contra la covid persistent

ALEIX CAMPRUBÍ I PONT. LLÍVIA

■ La Clinique du Souffle La Solane i l'Hospital de la Cerdanya treballen conjuntament en un projecte de rehabilitació de malalts de covid persistent. S'inicià a la tardor del 2020, mentre que el gener del 2021 ja van acompanyar els primers malalts. Ara, el seu estudi conclou que la rehabilitació respiratòria és una intervenció terapèutica segura i viable, eficaç per reduir símptomes rellevants.

«Això no ho és tot, no tenim la vareta màgica, i hi ha molt camí per córrer», ha puntualitzat Adriana Castanyer, directora adjunta de la Clinique du Souffle la Solana (Osseja). Ho va dir dijous en els Debats sobre medicina actual que organitzen l'Hospital de la Cerdanya i el Museu de Llivia, on van presentar els seus resultats.

L'especialista va detallar que encara es desconeix què pot passar amb les altres variants, ja que ells han analitzat les primeres, i cal avaluar-ne els símptomes. I va destacar que la rehabilitació del demà ha de contenir el seguiment del malalt: hi pot haver ressorgiment o persistència de símptomes. Aposten per teleconsultes i telerehabilitació per al futur.

Castanyer va detallar que l'objectiu de l'estudi era determinar si un programa de rehabilitació pulmonar, de rehabilitació respiratòria, era viable i eficaç per alleujar els símptomes rellevants. Dels prop de 200 pacients que han passat per les seves mans, van agafar la mostra de 50 malalts.

Durant varies setmanes es va fer un seguit de valoracions al respecte. I els pacients van començar a fer activitat física amb ells, mirant «amb lupa» el nivell de fatiga, i amb un programa d'entrenament.

Així, van determinar que els malalts milloren la seva tolerància



Una pacient amb covid persistent rehabilitant-se gràcies al projecte pioner

LA CLINIQUE DU SOUFFLE LA SOLANE

a l'esforç amb el tractament. Hi ha una millora significativa d'ansietat i depressió, estrès posttraumàtic, efectes clínics de la hiperventilació, dolor i somnolència.

«Passen un test de qualitat de vida en què recollim la condició física i la mental, i observem millores clíniques i significatives», especialment pel que fa a la dispnea i la fatiga, dos símptomes prevalents, valorat amb qüestionaris multidimensionals. «Quan un no se sent bé mentalment, se sent més cansat i amb menys ganes de fer coses», va detallar.

En concret, la tolerància a l'esforç millora en el 25%, mentre la qualitat de vida ho fa al voltant del 27%. Per la seva part, la dispnea millora de mitjana el 41,5%, mentre la fatiga ho fa en el 18,2%, segons els indicadors.

Els resultats preliminars de l'estudi, amb una mostra de 15 pacients, es van presentar fa un any en el congrés europeu de la Societat Respiratòria Europea. Ara, s'ha presentat la base de dades en el

congrés nacional de rehabilitació pulmonar Alveol, i també es presentarà al setembre al congrés europeu respiratori.

Castanyer va avançar que ara treballen en la hipòtesi que l'estimulació a través d'un acompanyament osteopàtic pot ser «de gran interès». Per això, han integrat un osteòpata per treballar conjuntament a l'equip amb psicòleg, fisioterapeuta i dietista.

L'experta va detallar que a la Clinique es dediquen a l'acompanyament del malalt respiratori crònic amb un mètode no medicamentós i abordatge multidisciplinari, amb el pacient sempre al mig. L'experta va detallar que la rehabilitació respiratòria funciona en contra de l'ofec i la dispnea, que causa la fatiga, i trenca l'espiral descendent on cau el malalt.

## La covid persistent

Segons l'OMS, la covid persistent és una afectació, una malaltia, que es manté almenys tres mesos després de la infecció per coronavirus,

i que presenta símptomes perllongats com a mínim durant dos mesos més. Fatiga i cansament extrem, ofec o taquicàrdies són alguns dels símptomes.

La majoria de casos són dones joves, amb una mica de sobrepès i amb molt poques comorbilitats. La majoria van passar la malaltia a casa de manera lleu, i no ingressades, segons va dir Castanyer.

Els Debats sobre la medicina actual també van tenir la participació de Joan Lluís Aliaga, cap de Pneumologia de l'Hospital de la Cerdanya. Va destacar que no hi ha certeses sobre la malaltia, però, com a mínim, a França hi ha una resposta i un programa estructurat. «El pitjor que li pot passar a un malalt és que se'l deixi de banda».

També hi va intervenir Sílvia Soler, una impulsora de l'associació d'afectats per la covid persistent. «És una tortura. És viure en una muntanya russa permanent, mai saps quan t'acabaràs curant. És viure en la incertesa de no saber quan s'acabarà l'infern», relatà.