



DIAS QUE NUNCA TERMINAM

SINTOMAS PERSISTENTES RELACIONADOS À
SÍNDROME PÓS-COVID SURPREENDEM
PACIENTES E PESQUISADORES

ANA CLÁUDIA PERES

A pandemia de covid-19 é uma incógnita, em muitos sentidos. Nem toda a ciência tem conseguido responder, ainda, aos desafios impostos pela doença que voltou a assombrar a Europa e, no Brasil, durante o mês de outubro, continuava com uma média de 500 mortes diárias. Enquanto isso, crescem exponencialmente os relatos de pacientes infectados pelo novo coronavírus, que sofrem com alterações no corpo e no sistema imunológico por dias, semanas ou meses após o diagnóstico. Ainda são recentes e pouquíssimos os estudos até aqui, mas as possíveis sequelas — mesmo entre aqueles que tiveram contato apenas com a forma branda da doença — se tornaram assustadoras e vêm provocando um verdadeiro tsunami na vida de muitas pessoas. Patrícia Versolato, uma delas.

Foi no início de setembro que começou a via-crúcis da funcionária pública. Primeiro, vieram as dores de garganta e de cabeça que se espalhavam pelo corpo, um certo mal-estar e um pouco de tosse seca. Ela teve medo, mas acreditou que a covid-19 se encerraria ao final de duas semanas. Nesse período, cumpriu o isolamento à risca e ficou confinada em casa, de onde conseguia trabalhar normalmente de forma remota, como já vinha fazendo desde o início da pandemia. Seguindo prescrição médica, tomou azitromicina por cinco dias e obedeceu aos protocolos. Mas aos primeiros sintomas, somaram-se outros: diarreia, febre alta e perda de olfato e paladar. No décimo sexto dia, ela contabiliza, foi internada por 48 horas. “Fiz exames de sangue, tomografia do tórax, abdômen e cabeça. Todos normais”, conta. “Então, um médico plantonista me deu alta alegando que eu não tinha nada. Tive que ouvir que os sintomas eram coisas da minha cabeça”.

Quando *Radis* conversou com Patrícia, já se passavam 42 dias e ela não apresentava melhoras. Se o novo coronavírus não lhe causou danos pulmonares, deixou sequelas em boa parte do organismo. “Continuo como se estivesse com um tipo de covid longa”, diz. “Todos esses dias, estou praticamente de cama, sinto fadiga constante, enjoo, mal-estar e parosmia [disfunção associada à alteração do olfato]”. Para Patrícia, shampoo passou a ter cheiro de desinfetante. Também tem perda de apetite e já emagreceu nove quilos. “Café tem gosto de terra; refrigerante, de pimenta salgada”, tenta explicar. “E tive que trocar de pasta de dente porque sentia sabor de cimento”. Por último, relatou na entrevista que começou a sentir “uma forte queimação nas costas” e dor na região lombar, além de cólicas abdominais “a ponto de vomitar de tanta dor”.



FOTO: ARQUIVO PESSOAL

Patrícia Versolato com a cachorrinha companheira fiel: na cama onde passa a maior parte do tempo desde que contraiu covid

Digo, categoricamente, que as sequelas têm sido bem piores que o período de infecção em si, pois parece que não têm fim. Um dia, acordo ótima; no outro, acordo ruim; fico três dias bem e depois volta tudo. Estou vivendo uma montanha-russa diária.

(Patrícia Versolato, 40 anos, funcionária pública, São Bernardo do Campo)



SINTOMAS PROLONGADOS

Esse conjunto de sintomas inespecíficos já vem sendo chamado por especialistas de “síndrome pós-covid” — ou pelo termo *long covid* (“covid longa”, em inglês) —, algo que acomete não apenas pacientes graves que necessitaram de tratamento hospitalar e passaram por longos períodos de internação em Unidades de Terapia Intensiva. “O que surpreende é a quantidade de relatos de pacientes que apresentaram a forma branda ou moderada da doença e continuam com algum tipo de seqüela persistente”, confirma Julio Croda, infectologista e pesquisador da Fiocruz.

Por se tratar de um fenômeno recente, ainda não é possível dizer muito. Entre os sintomas mais frequentes observados em análises clínicas e com base nos relatos dos pacientes estão, além da perda de olfato e paladar, dores musculares e nas articulações, fadiga, taquicardia, hipertensão ou hipotensão sem causa determinada e ainda dispnéia [desconforto respiratório que pode se manifestar de diferentes maneiras em sensações como falta de ar ou aperto no peito], como explica Julio. Mas não se sabe afirmar, por exemplo, exatamente por que ocorrem as complicações extrapulmonares, por quanto tempo irão persistir e que consequências a médio e longo prazos podem trazer.

É certo que a experiência com os sintomas prolongados da covid pode variar completamente de uma pessoa para outra. Há pacientes que se queixam de comprometimento cognitivo com perda de memória e dificuldade de concentração, após o contato com o novo coronavírus, afirma ainda Julio, e também relatos que se encaixam naquilo que no jargão técnico é conhecido por “disautonomia” — transtorno provocado por alterações do sistema nervoso autônomo que pode afetar o funcionamento do coração, bexiga e intestino, entre outros órgãos. “Isso sem contar os danos psicológicos”, pontua o pesquisador da Fiocruz e professor da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS). “Principalmente no caso de pacientes graves, que permaneceram muito tempo em isolamento durante a internação, sem possibilidade de contato com

familiares e com visitas limitadas por barreiras físicas, muitos podem desenvolver uma síndrome pós-traumática”.

Um dos poucos estudos sobre o assunto foi publicado pelo renomado *Journal of the American Medical Association (Jama)* e reflete o que foi reportado por Patrícia Versolato à *Radis*. De um total de 143 pacientes avaliados na Itália mais de dois meses depois de terem alta, apenas 18 estavam completamente livres de qualquer sintoma relacionado ao coronavírus, enquanto 87,4% relataram persistência de pelo menos um sintoma, entre eles fadiga (53,1%) e falta de ar (43,4%). Dor nas articulações foi observada em 27,3% e dor no peito, em 21,7%. Além disso, 44,1% dos pacientes apresentaram piora da qualidade de vida. O detalhe é que apenas 12,6% haviam tido a forma aguda da doença com passagem por uma UTI — nesses casos, é previsível que as sequelas permaneçam por um período mais longo enquanto dura a reabilitação.

No contexto nacional, que já conta com mais de cinco milhões de brasileiros infectados, os casos de covid persistente causam apreensão. Julio Croda chama a atenção para o que considera o grande desafio em relação ao assunto. “É preciso sensibilizar os profissionais de saúde”, insiste. “Acontece que, como tudo é muito recente e há poucos estudos científicos e nenhum protocolo por parte do Ministério da Saúde, alguns profissionais tendem a minimizar as queixas e, muitas vezes, relativizar os sintomas”, diz o pesquisador da Fiocruz que, ao lado do também infectologista André Siqueira, do Instituto Nacional de Infectologia Evandro Chagas (INI/Fiocruz), acaba de ter aprovado um projeto para acompanhar clinicamente, por um período de um ano, pacientes que tiveram covid e seguem apresentando sequelas. “Queremos entender melhor as respostas imunológicas e possivelmente sugerir algum tipo de tratamento multidimensional e multiprofissional para esses casos”. Aprovado no edital Inova Covid-19, o estudo contará ainda com financiamento do governo do Reino Unido e será desenvolvido juntamente com a Rede Brasileira de Pesquisas Clínicas em Covid (Rebracovid).

SEM RESPOSTAS

Enquanto isso, Patrícia Versolato continua em busca de respostas que lhe devolvam a autonomia dos dias de antes da covid. Já passou por ortopedista, cardiologista e otorrino e planeja consultas com neurologista e gastroenterologista. Sem nunca ter tido problemas cardiológicos, ela agora tem quedas abruptas de pressão arterial diariamente. Na saída de uma consulta a um cardiologista, enviou uma mensagem à reportagem: “Infelizmente, tem médicos que não entendem o nosso lado. Esse me disse que não se trata de sequela pós-covid, que é tudo psicológico, e ainda insinuou que o meu aparelho de medir pressão está quebrado”.

Não bastassem as dificuldades para executar atividades cotidianas — “como caminhar ou lavar louça” —, ela também sofre com problemas de concentração e perda de memória recente. “Tenho a sensação de estar com um vazio na cabeça”. No último mês, tirou férias do trabalho, onde há 11 anos desempenha funções na área administrativa e de finanças. “Eu simplesmente não conseguia raciocinar. Coisas que sei fazer de cabeça, não conseguia mais. Cheguei a chorar de desespero”, conta. “Não imagino quanto tempo isso ainda irá durar e não sei como será a minha volta ao trabalho. É frustrante”.

É por isso que, quando lê os dados sobre o número de recuperados no Brasil, Julio Codra fica com uma pulga atrás da orelha. “Dá a impressão de que todos aqueles que tiveram alta de um quadro grave ou superaram a fase inicial da doença estão curados”. Mas ele sabe que a conta é mais complexa, como demonstram os relatos de pacientes. Diante dos casos de covid prolongada, alguns hospitais universitários começam a desenvolver ambulatórios específicos para fazer o acompanhamento multidisciplinar a esse tipo de paciente, afirma Julio. Para o infectologista, é necessário valorizar todo e qualquer sintoma e investigar as sequelas que podem ter evoluído para um quadro clínico, a fim de que seja possível uma abordagem mais adequada ao tratamento. Muitas vezes, o fim é ainda o começo.

SÍNDROME PÓS-COVID (OU “COVID LONGA”, DO INGLÊS LONG COVID):

São sintomas persistentes que variam de pessoa para pessoa.

OS MAIS COMUNS SÃO:

FADIGA

PERDA DE OLFATO
E PALADAR

DORES MUSCULARES
E NAS ARTICULAÇÕES

TAQUICARDIA

QUEDA OU ALTA DE PRESSÃO
SEM CAUSA DETERMINADA

DESCONFORTO RESPIRATÓRIO
OU FALTA DE AR

QUANTO TEMPO DURA? COM QUE FREQUÊNCIA OCORRE?

Os cientistas ainda estão em busca dessas respostas

DE PONTA-CABEÇA

“Tô superbem. Tô curado, já”. Foi o que disse o advogado e professor universitário Elói Rodrigues, em resposta à mensagem enviada por seu pai, no final da primeira semana de infecção pelo novo coronavírus, em agosto. Elói havia apresentado sintomas leves de covid-19 e, apesar da perda de olfato e paladar que sinalizavam o diagnóstico logo confirmado pelo exame PCR, o rapaz permanecia tranquilo. “Eu realmente pensava estar recuperado. Não sentia mais absolutamente nada”. Dois dias depois, foi surpreendido por um intenso mal-estar. “Não chegava a ser enjoo, era antes como uma sensação de ressaca, que vinha, melhorava por dois dias e, no terceiro, voltava com tudo”. Seguiram-se as insônias terríveis, as alucinações, a fadiga contínua. “Fui parar num serviço de emergência onde identificaram que estava tendo uma crise de pânico”. Depois disso, procurou um psiquiatra. “Naquela altura do campeonato, eu já me sentia como se fosse outra pessoa, que é a sensação que tenho ainda hoje, de tão impactante que tem sido tudo isso”, disse à *Radis*, em entrevista por telefone, exatos dois meses depois que tudo começou.

Para Elói, 2020 se anunciava como o ano perfeito. Aos 31 anos, com um doutorado recém-concluído e dando aulas em um centro universitário na capital do Paraná, o rapaz fazia planos. Mas a covid teve um efeito debilitante sobre seu corpo e tudo virou de ponta-cabeça. “No começo, meu único incômodo era uma dor bem no fundo do nariz, quando eu respirava. De tão forte, dava a impressão que doía no meu cérebro”, descreve. Foi apenas na quarta semana que percebeu que, sempre que sentia fome, o organismo reagia de uma forma desproporcional causando indisposição intensa. “Isso

continua acontecendo. Tenho sensações físicas terríveis, difícil até de explicar. O mal-estar inicia leve e vai aumentando. De repente, chega a um nível insuportável. E o mais estranho é que não vi ninguém ainda relatar esse tipo de sintoma”. Ele acrescenta ainda que a inquietação física também vem acompanhada de uma confusão mental. “Sinto que meu raciocínio fica comprometido, eu não consigo pensar muito bem”.

Apesar de a síndrome pós-covid ainda não contar com uma descrição clínica precisa, parece não restar dúvidas de que alterações na capacidade cognitiva estão entre os sintomas. Em Chicago, nos Estados Unidos, um estudo realizado a partir dos registros de 509 pacientes hospitalizados — com quadros graves da doença — entre março e abril, concluiu que quase um terço apresentou algum tipo de alteração da função mental, variando de confusão a delírio. Um estudo inicial conduzido por 70 pesquisadores brasileiros também sinaliza que o coronavírus pode causar alterações neurológicas mesmo em pacientes que

não passaram por hospitais na fase aguda da doença, como noticiou o portal G1 (14/10). “Nós encontramos muitos pacientes que, mesmo já tendo se curado da covid-19 há cerca de dois meses, continuavam apresentando sintomas neurológicos, como fortes dores de cabeça, sonolência excessiva, alteração da memória, além de perda de olfato e paladar. Em alguns casos raros, até convulsões, e esses pacientes nunca tinham sentido isso antes”, disse na reportagem a pesquisadora da Unicamp, Clarissa Lin Yasuda.

O médico intensivista João Gabriel Rosa Ramos também tem observado alterações cognitivas e transtorno de humor como efeito prolongado da covid-19 em muitos pacientes. “Mesmo após a resolução do quadro confusional, do delírio associado ao confinamento e às medicações, persistem nesses pacientes alterações cognitivas que, em alguns casos, simulam inclusive quadros demenciais”, afirmou durante o podcast “Café Covid” — programa que ao longo da pandemia tem desdobrado os temas relacionados ao novo coronavírus e que dedicou o seu décimo oitavo episódio justamente às sequelas da covid. Dificuldade de atenção, pensamento desorganizado e comprometimento da capacidade de alerta, agitação ou sonolência, que já são comuns em pacientes que passam pela terapia intensiva, tornam-se

ainda mais frequentes nos casos de infecção pelo novo coronavírus. “Muito provavelmente”, ele explicou, “isso está associado ao contexto ambiental de isolamento, de despersonalização do cuidado (por conta do uso da máscara *face shield* e da dificuldade de interagir com o cuidador) e da distância da família, que são fatores claramente protetores do delírio”. Para João Gabriel, nesse momento, é necessário ficar atento a como vão se comportar esses pacientes a médio e longo prazos.

Em razão de todas as sequelas deixadas pela covid-19, Elói precisou pedir afastamento do trabalho. De licença médica, o rapaz — que nunca antes havia tido qualquer problema de saúde, mantinha uma alimentação saudável e praticava atividades físicas — agora toma medicamento, faz terapia e passa os dias entre consultas e exames. Mas a grande verdade é que não obteve nenhuma resposta, apesar de ter reunido uma junta médica em torno de si. “É angustiante, ainda mais quando você faz os exames e todos estão normais”, relata. “Quero muito voltar à docência e à advocacia. Mas, e se no momento de uma aula eu estiver passando muito mal?”. Sem qualquer perspectiva de voltar às atividades, Elói comenta que tudo isso aumenta a angústia e torna mais difícil ainda o processo de recuperação. “A vida que eu tinha antes, tranquila, em que as coisas aconteciam como tinham de ser, foi devastada, desapareceu da noite para o dia”, ele diz, enquanto segue se refazendo e valorizando cada pequena melhora. “Um dia de cada vez”.

De repente, é como se eu fosse outra pessoa, alguém que passa mal todos os dias e que está vivendo uma outra vida, em razão de todas essas complicações e desordens e da persistência desse mal-estar. É tudo muito esquisito e assustador.

(Elói Rodrigues, professor universitário e advogado, 31 anos, Curitiba)

Camila Benazzi em videochamada com a família: grupo no Facebook para compartilhar incertezas



FOTO: ACERVO PESSOAL

COMUNIDADES ONLINE: ALÍVIO E DÚVIDA

Se você entra como membro em um dos muitos grupos e perfis existentes nas redes sociais sobre o assunto, vai se surpreender com a variedade de histórias compartilhadas. “Gente que quer ajudar e ser ajudada”, diz um dos integrantes da comunidade “Pós-covid-19: quem tem sequelas?”. Criadora da página no Facebook, Camila de Toledo Benazzi, resolveu sistematizar as sequelas coletadas entre os comentários dos mais de 2 mil inscritos. O resultado é uma longa lista com quase 100 diferentes sintomas persistentes. “As pessoas estavam desesperadas, porque nenhum médico tinha (e ainda não têm) uma solução. Mas percebi que quando começam a trocar experiência, muitas se sentem acolhidas e aliviadas por encontrar quem acredita no que estão sentindo”, diz a arquiteta que decidiu criar o espaço em julho, quando cinco familiares passaram pela doença e depois de três meses começaram a apresentar uma forte queda de cabelo sem explicação aparente. A irmã de Camila, que contraiu apenas a forma leve da covid sem precisar ser hospitalizada, chegou a perder dois terços do cabelo.

“À época, quase não se falava em sequelas da covid, não tínhamos informação nenhuma. Estávamos perdidos, assustados, não sabíamos o que fazer”, escreveu à *Radis* a paulistana que mora no Chile desde o ano passado. Longe da família, Camila lançou na internet a pergunta sobre a possibilidade de alopecia ser uma consequência da covid. Em um outro grupo, encontrou eco ao descobrir que essa era uma sequela percebida por muitos. No grupo criado por ela, Camila compartilha notícias e toca em temas afiados com o intuito de discutir as implicações da covid longa no cotidiano. Em 9 de outubro, indagou: “Quem aqui teve seu trabalho prejudicado ou interrompido pelas sequelas? O que você fazia e o que te atrapalhou?” Recebeu pelo menos 94 comentários com respostas honestas e coevas. Recentemente, Camila — que acabou perdendo o pai em abril — compartilhou o passo a passo da recuperação dos demais membros da família. Também fez questão de postar o vídeo do abraço emocionado, no reencontro com a mãe, depois de 10 meses.

No Instagram, a médica ginecologista e obstetra Melania Amorim criou o perfil *@síndrome_pos_covid*, depois que ela própria se deparou com sintomas como fadiga, dispnéia, dor torácica, calafrios e parestesia [perda da sensibilidade da mucosa bucal, da língua ou do lábio ou ainda dos dentes], muito tempo depois do diagnóstico de covid-19. Em 24 de agosto, a cientista, pesquisadora e professora da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG) postou um vídeo em que se identifica como “paciente com síndrome pós-covid”. Na postagem, ela explica que criou o perfil “para acolher e apoiar pessoas com queixas persistentes da covid-19, divulgar informações científicas de qualidade e discutir a magnitude do problema, suas causas e seu manejo com a equipe de saúde da família (ESF) e os diversos especialistas que devem se integrar em uma abordagem transdisciplinar”.

O perfil criado por Melania já tem mais de 3 mil seguidores. Nele, a médica que trabalha com saúde pública, tem traduzido em linguagem clara e acessível as mais recentes pesquisas e a pouca literatura médica sobre o assunto. Em tom de desabafo, Melania já se queixou da negligência com que os sintomas da “síndrome pós-covid” vêm sendo tratados, tanto por leigos quanto por boa parte da comunidade médica, fazendo com que muitos pacientes sejam vistos como se inventassem as sequelas ou acabem sendo taxados de ansiosos ou ainda medicados com possíveis diagnósticos de sofrimento psíquico.

Desde o início de setembro, é possível assistir a uma série de *lives* que vêm sendo transmitidas pelo perfil, não apenas com médicos, mas com enfermeiras, fisioterapeutas, psicólogos, psiquiatras e uma gama de profissionais de saúde que trabalham com as novas evidências da covid-19, para discutir as múltiplas interfaces e implicações da síndrome para o cotidiano dos pacientes. “É importante saber a real dimensão do problema e torná-lo visível para que profissionais de saúde consigam diagnosticar e acolher seus pacientes e para que possamos exigir políticas públicas para dar conta dos efeitos devastadores da pandemia”, disse a cientista, em outra postagem. “Nunca foi só uma gripezinha”. **▣**