

¿Cuáles son los síntomas de la COVID

Dificultad para respirar

«...es como si una cinta me estuviese apretando la parte inferior de la caja torácica y no pudiera inflar los pulmones.»



Pérdida del gusto o del olfato



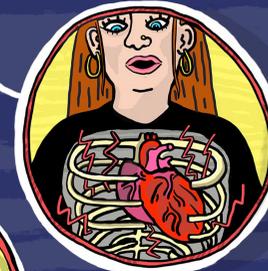
Reflexión sobre el impacto de los síntomas en la vida

«Me siento atrapado en un cuerpo que no reconozco. Antes corría 5 km tres o cuatro veces por semana, era muy sociable y rendía mucho en el trabajo.»



Palpitaciones

«...Siento como si mi corazón golpeará mi caja torácica y se me fuera a salir del pecho.»



«Es más bien como tener un muro de ladrillos que divide el cerebro... Solo intentar acceder a él es como darle un martillazo; completamente inútil, doloroso, sensible, agotador y estresante.»

Problemas gástricos, estómago hinchado y náuseas

«He tenido episodios que han durado desde unas pocas semanas hasta un par de meses con el mismo dolor en la parte baja del abdomen (mientras comía o inmediatamente después de comer), calambres y diarrea durante 24 horas o una semana.»



Dolores de cabeza

«La niebla cerebral suele ir precedida de una anomalía que se conecta a mi cráneo y empieza a apretar.»

Dolor articular

«Siento el cuerpo como si me hubieran machacado las articulaciones con un mazo.»



Fatiga

«Abarca todo mi ser, se precipita incontrolablemente como un peso sobre mi cuerpo, haciendo que sea incapaz de moverme...»



«Aunque el nivel de fatiga puede variar en intensidad, nunca te da un respiro. Siempre empiezas el día como un teléfono con la batería parcialmente cargada, y tienes que planificar el día en consecuencia.»



Niebla cerebral

«Siento como si tuviera la cabeza llena de algodón. Soy incapaz de leer bien, confundo el orden de las palabras y me olvido de lo que estoy diciendo.»



Acúfenos

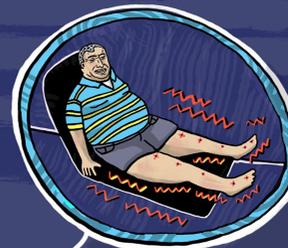


Insomnio

«Es como si tuviera una carga eléctrica que me impide relajarme.»

Zumbido corporal

«Las piernas zumbantes o inquietas se sienten como si estuvieran constantemente encendidas y tensas con una sensación de hormigueo.»



Gracias a todos los que nos han dedicado su tiempo y han compartido sus experiencias en la VOICE_Global Platform

Agradecimientos especiales y créditos a

Sam, Wendy Irving, Emma Brackenbury, Lesley-Anne James, Georgie T, Ian T Bell, JanRob, imissmylife, becky.mole, TLA77, Emily Parrett y Nikki Smith, cuyas experiencias han servido para elaborar este póster.

Ilustraciones y diseño de Monique Jackson



Imperial College
London

Voice