

Fecha: 12-09-2021

Medio: El Sur

Supl.: El Sur

Tipo: Salud

Título: Recuperación pulmonar post Covid-19: el ejercicio físico como clave

Pág.: 17

Cm2: 229,1

VPE: \$ 550.989

Tiraje:
Lectoría:
Favorabilidad:

10.000

30.000

☐ No Definida

Bienestar

Recuperación pulmonar post Covid-19: el ejercicio físico como clave

Si bien los números de contagio por Covid-19 han disminuido y la mayoría de las comunas del país se encuentran en fase de preparación o apertura, muchas son las personas que están saliendo de esta enfermedad o que aún tienen secuelas relacionadas.

Frente a esto, Gino Fuentes, médico broncopulmonar y Jefe del Centro de Enfermedades Respiratorias de Clínica Bupa Santiago, explica la importancia de realizar ejercicio físico para lograr una buena recuperación.

“Hemos visto, sobre todo en los pacientes hospitalizados por Covid-19, el daño que provoca a largo plazo la inactividad física, desde el punto de vista físico y cardiopulmonar. Por eso, es muy importante que las personas que se han contagiado de este virus comiencen a moverse en su recuperación, aunque sea a una intensidad baja, idealmente guiados por profesionales de la rehabilitación, que son los kinesiólogos”, asegura el especialista.

CHEQUEO DE RIGOR

Asimismo, el doctor Fuentes explica que las personas que ya tuvieron Covid-19 deberían tener un chequeo desde el punto de vista cardiovascular y de la función pulmonar, apoyado por imagenología, para ver cómo quedó la estructura del pulmón. “Dentro de los exámenes habituales están el ecocardiograma, TAC de tórax, función pulmonar (Espirometría, DLCO y Test de caminata 6 minutos) y análisis de sangre”, recomienda.

