



# DISRUPCIÓN ENERGÉTICA: SÍNDROME POST-COVID

Numerosos pacientes que han sufrido COVID-19 leve o grave **no se recuperan completamente** y presentan una gran variedad de síntomas crónicos durante semanas o meses después de la infección, sin daño orgánico aparente. Los síntomas más frecuentes son de carácter neurológico, cognitivo y muscular. Estos síntomas se engloban dentro del Síndrome Post-Covid <sup>(1)</sup>. **Un 30-69% de los supervivientes que padeció COVID-19 leve/moderada presenta síntomas de Síndrome Post-Covid durante 12 semanas o más.** Entre los más destacados encontramos fatiga crónica, mialgia difusa, síntomas depresivos y sueño no reparador <sup>(2)</sup>. Otro tipo de secuelas a largo plazo son las que afectan al sistema cardiovascular y al aparato locomotor (inflamación, dolores osteoarticulares, mialgias y espasmos musculares) <sup>(1, 3)</sup>.

Un reciente estudio publicado en Lancet Psychiatry en 2021 analizó retrospectivamente una cohorte de 236.379 supervivientes de COVID-19 y un grupo control de pacientes que tuvieron gripe u otro tipo de infección respiratoria, pero que no padecieron COVID-19, y cuantificó la incidencia de complicaciones neurológicas o psiquiátricas en los seis meses siguientes siendo muy superior en los pacientes que habían padecido COVID-19 <sup>(4)</sup>.

Existen factores de riesgo que influyen en la aparición de este síndrome: **diabetes tipo 2, Epstein-Barr, positivos SARS-CoV-2 RNA, obesidad, enfermedades cardiovasculares, edad y anticuerpos específicos;** siendo relevante la deficiencia de cortisol en estos pacientes <sup>(5)</sup>.

Si vamos a las causas, la hipótesis más estudiada se basa en que **SARS-CoV-2 actúa sobre el metabolismo de NAD<sup>+</sup>/NADH**, resultando en una disfunción mitocondrial, inflamación y posterior muerte celular. Por eso los últimos estudios clínicos se focalizan en restaurar la función normal de las mitocondrias, actuando sobre el metabolismo del NAD<sup>+</sup>/NADH, con una gran eficacia sobre los síntomas de este síndrome, y de forma muy específica en fatiga crónica <sup>(5)</sup>.

Los últimos estudios sugieren que **la suplementación con NAD<sup>+</sup>/NADH puede mejorar significativamente la función mitocondrial**, reduciendo niveles de citoquinas pro-inflamatorias y restaurando mecanismos de reparación de ADN (relacionado con la causa de muchas patologías, sobretodo enfermedades inflamatorias y autoinmunes). En diferentes estudios pre-clínicos y clínicos ya se ha podido constatar que NAD<sup>+</sup>/NADH conforman el sustrato de diferentes enzimas esenciales para las mitocondrias y sus funciones. Y una bajada de los niveles de NAD<sup>+</sup>/NADH está directamente relacionada con disfunción mitocondrial <sup>(5, 6)</sup>.

La infección con SARS-CoV-2 ha mostrado una acción directa sobre la reducción de producción energética mitocondrial y la subsiguiente deficiencia de ATP, relacionada directamente con la fatiga muscular y mental que expresan los pacientes con Síndrome de Post-Covid <sup>(5)</sup>.

**Las terapias nutricionales que han resultado eficaces en disfunción mitocondrial**, falta de energía metabólica e inflamación, como el NAD<sup>+</sup>/NADH, la Creatina o el Coenzima Q10, están siendo ahora objeto de estudio para la recuperación del Síndrome Post-Covid, ya que pueden **estimular la producción de energía en forma de ATP celular** <sup>(7-9)</sup>.

Además de estas sustancias que actúan **incrementando la energía celular en diferentes niveles del organismo** (corazón, músculo, sistema nervioso, hígado y riñón) también se está estudiando la suplementación con Magnesio, a dosis adecuadas para evitar los espasmos, la inflamación y la fatiga muscular asociada que padecen estos pacientes. Durante la hospitalización por COVID-19 se estudió la suplementación con Magnesio en pacientes con hipertensión arterial, enfermedad cardíaca y diabetes tipo 2, y pudo observarse que estos pacientes necesitaban menos oxigenoterapia, cuidados intensivos o tratamientos antiinflamatorios <sup>(10)</sup>.

Teniendo en cuenta que se trata de un síndrome de recuperación lenta, el abordaje nutricional para la restauración de la función mitocondrial y de los sistemas cardiovascular y locomotor es un campo en el que debemos trabajar **para que los pacientes recobren su energía fisiológica y muscular y puedan recuperarse de los síntomas del Síndrome Post-Covid.**

**Luisa Varela, MSc**  
Directora I+D+i,  
VITAE Health Innovation



Encuentras las **referencias bibliográficas** aquí



## ReConnect®

Reconéctate con tu día a día

ReConnect® es una innovadora combinación a base de NADH, coenzima Q10, serina y vitamina C, que gracias a la sinergia entre sus componentes ayuda a mejorar el rendimiento físico y cognitivo.

Recomendado también para pacientes con síndrome de fatiga crónica.

Dosis de mantenimiento

**1 comprimido**  
15 minutos antes  
del desayuno

Dosis de rescate

**2 cápsulas**  
15 minutos antes  
del desayuno



REPRESENTANTES EXCLUSIVOS  
DE VITAE EN EL ECUADOR

VITAE