



New York State Insurance Fund

CONOCIENDO SOBRE EL COVID PROLONGADO

Información para empleadores

INTRODUCCIÓN

El “Covid prolongado” (o “condiciones poscovid”) puede tener un impacto dramático en la vida diaria de una persona, incluida su vida laboral, y los empleadores que comprendan este impacto potencial estarán en mejores condiciones de apoyar a esos empleados, mejorar la satisfacción laboral, la productividad y la retención.

1. ¿Qué es el Covid prolongado?

Algunas personas experimentan síntomas nuevos, recurrentes o persistentes después de contraer Covid-19, [a veces](#) semanas, meses o años [después](#) de su infección inicial con Covid-19.

Esto se conoce colectivamente como “Covid prolongado”. Se informa que más de [200 síntomas](#) que involucran múltiples sistemas corporales e incluidos síntomas de salud mental se han asociado con el Covid prolongado. Algunos de los [síntomas](#) más [frecuentemente](#) reportados son:

- Cansancio o fatiga lo suficientemente graves como para afectar la vida diaria
- Empeoramiento de los síntomas después de un esfuerzo físico o mental (“malestar posesfuerzo”)
- Dificultad para pensar o concentrarse (a veces denominada “niebla mental”)
- Problemas respiratorios, como dificultad para respirar, falta de aire, tos o dolor en el pecho
- Dolores de cabeza
- Problemas para dormir
- Problemas digestivos
- Depresión o ansiedad

2. ¿Cómo se puede prevenir el Covid prolongado?

La [mejor](#) manera de [prevenir](#) el Covid prolongado es evitar las graves consecuencias para la salud que pueden derivar de la infección o reinfección por Covid-19. Los empleadores pueden ayudar; por ejemplo, [animando](#) a los trabajadores a [estar al día](#) con sus vacunas contra el Covid-19. [Los empleadores](#) también pueden mantener o mejorar la calidad del aire para cumplir con los estándares de referencia aceptados y proporcionar mascarillas a aquellos empleados que prefieren usar una, lo que puede [ayudar](#) a reducir la [exposición](#) al Covid-19 (junto con otras infecciones respiratorias estacionales). Por último, una de las cosas más importantes que puede hacer un empleador es compartir con sus empleados el hecho de que una proporción significativa de personas con Covid-19 pueden llegar a experimentar síntomas de Covid prolongado, como se analiza abajo, y tomar medidas para protegerse contra el Covid-19 puede ayudar a evitar los impactos potencialmente transformadores del Covid prolongado.

3. ¿Cómo se trata el Covid prolongado?

El tratamiento prolongado del Covid se centra en el [control](#) de los síntomas. Dado que los síntomas pueden ser muy variados y afectar varios sistemas corporales, el tratamiento requiere un enfoque multidisciplinario y [personalizado](#). Los empleadores deben tener en cuenta que los empleados que regresan a trabajar después de desarrollar Covid prolongado [aún](#) pueden estar recibiendo tratamiento.

4. ¿Cuántas personas se ven afectadas por el Covid prolongado?

Es muy difícil identificar el número de personas que pueden tener Covid prolongado dada la amplia gama y la naturaleza subjetiva de los síntomas que a menudo se descartan o se atribuyen a otras afecciones. Sin embargo, según la [Encuesta Nacional de Entrevistas de Salud](#) el 6.9 % de los adultos había experimentado Covid prolongado y el 3.4 % tenía Covid prolongado actualmente en el momento de la encuesta. El ciclo de mayo de 2024 de la [Encuesta Household Pulse](#) nacional mostró que el 30.6 % de los adultos que alguna vez habían tenido Covid-19 (18.1 % de todos los adultos) [experimentaron](#) síntomas a largo plazo en algún momento, y el 10.1 % (6 % de todos los adultos) [informaron](#) síntomas actuales en el momento de la encuesta. Esto significa que [entre 9 y 1.5 millones](#) de adultos podrían estar viviendo actualmente con síntomas de Covid prolongado. De manera similar, un estudio de NYSIF encontró que aproximadamente el 31 % de los que contrajeron Covid-19 desarrollaron síntomas de Covid-19 prolongado, y el 18 % de esas personas (el 5 % de los solicitantes de Covid-19) supuestamente no pudieron regresar a trabajar durante más de un año.

5. ¿Cómo afecta el Covid prolongado a la vida diaria?

Según la [Encuesta Household Pulse](#), de mayo de 2024 mencionada arriba, el 80.4 % de los adultos que actualmente padecen Covid prolongado informan alguna [limitación](#) en sus actividades diarias, y el 25.4 % informa limitaciones significativas. Estas limitaciones generalmente surgen de manifestaciones de Covid prolongado, como la “[niebla mental](#)” que puede afectar la capacidad de concentración de una persona, o el malestar [posterior al esfuerzo](#) que, según se informa, hace que otros síntomas [empeoren](#) durante horas o días después de la actividad física o mental, incluso si el esfuerzo fue leve. El panel de NYSIF sobre el [Impacto del Covid prolongado en la fuerza laboral](#) ofrece más información sobre los desafíos diarios del Covid prolongado.

6. ¿Cómo ha afectado el Covid prolongado a la fuerza laboral y a la economía?

El [estudio](#) de NYSIF encontró que aproximadamente el 18 % de los trabajadores con Covid prolongado no regresaron a trabajar durante más de un año. Una [encuesta](#) del Urban Institute realizada en 2022 informó que el 10 % de los adultos con Covid prolongado dejaron de trabajar y otro 5 % redujo sus horas de trabajo debido a sus síntomas. Se ha [estimado](#) que el impacto general del Covid prolongado en la economía estadounidense es de alrededor de 3.7 billones de dólares, e incluye los costos asociados con una menor calidad de vida, pérdida de ingresos y un mayor gasto en atención médica.

7. ¿El seguro de compensación laboral cubre el Covid prolongado?

Si un empleado se enferma debido a que contrajo Covid-19 en el trabajo y se establece el reclamo, el seguro de [compensación laboral](#) del empleador (o el empleador, en el caso de empleadores autoasegurados) pagará el costo de la atención médica necesaria, así como algún reemplazo de salario si la persona no puede trabajar. En Nueva York, es posible que un trabajador no pueda demostrar exactamente cómo o cuándo estuvo expuesto al Covid-19, pero su proveedor de atención médica puede proporcionar documentación médica del diagnóstico, así como la determinación del proveedor de que el diagnóstico estaba causalmente relacionado con el trabajo de la persona. Presentar un reclamo es importante, incluso si el trabajador parece recuperarse rápidamente de la infección inicial, en caso de que surjan síntomas a largo plazo más adelante. [La Junta de Compensación Laboral del estado de Nueva York](#) proporciona información sobre cómo presentar un reclamo.

8. ¿Qué adaptaciones se podrían proporcionar a los trabajadores con COVID prolongado?

El COVID prolongado puede constituir una discapacidad según varios estatutos, incluidos, entre otros, la [Ley de Estadounidenses con Discapacidad de 1990](#) y la [Ley de Derechos Humanos del estado de Nueva York](#), para empleados de empresas sujetas a estas leyes.

Los empleadores también pueden ser elegibles para tomar licencia bajo la [Ley de Licencia Familiar y Médica](#). Si bien dichas leyes son independientes y distintas de las disposiciones de las leyes de compensación laboral estatales, y el derecho de una persona a recibir adaptaciones (y la responsabilidad de un empleador de proporcionarlas) se determinan caso por caso, las posibles [adaptaciones](#) para los empleados con actividades o niveles de actividad afectados por el Covid prolongado podrían incluir:

- Permitir un horario flexible
- Permitir descansos cuando sea necesario
- Proporcionar un puesto de trabajo ergonómico

Hay más información disponible en la [Red de recursos y asistencia para empleadores sobre inclusión de discapacidad \("EARN"\)](#), la [Red de adaptación laboral \("JAN"\)](#), el [Departamento de Trabajo de los EE. UU.](#), y el panel de NYSIF sobre el [Impacto del Covid prolongado en la fuerza laboral.](#)

9. ¿Cómo pueden los empleadores ayudar a los cuidadores que trabajan afectados por el COVID prolongado?

Muchos adultos que trabajan son cuidadores que brindan apoyo diario a uno o más niños, adultos mayores o personas con discapacidad. Hay varias [formas](#) en las que los empleadores pueden brindar apoyo a estos trabajadores, incluidos aquellos que se convirtieron en cuidadores debido al Covid prolongado o cuyos roles de cuidadores existentes se volvieron más desafiantes con su propio Covid prolongado. Estas incluyen ofrecer políticas laborales flexibles, brindar información sobre programas como la [Licencia Familiar Remunerada del estado de Nueva York](#) y señalar recursos como el [Portal para Cuidadores de Nueva York](#).

10. ¿De qué otra manera pueden los empleadores apoyar a los trabajadores con Covid prolongado?

Los empleadores pueden brindar apoyo adicional a los empleados con Covid prolongado y, al mismo tiempo, mejorar el reclutamiento, la retención y la satisfacción laboral en toda la organización mediante la [creación](#) de un entorno laboral [inclusivo](#). Además, se informa que el Covid prolongado a menudo se asocia con síntomas de salud mental como ansiedad y depresión, lo que resalta la importancia de una cultura en el lugar de trabajo que priorice el bienestar mental. Hay recursos disponibles en [NYSIF](#), la [Oficina de Salud Mental del estado de Nueva York](#) y [EARN](#). La participación del empleador en un Programa de Asistencia al Empleado puede ayudar.

SOBRE NOSOTROS

El Fondo de Seguros del estado de Nueva York

NYSIF es la aseguradora de compensación laboral más grande del estado de Nueva York y una de las diez más grandes del país. NYSIF cubre a 2 millones de trabajadores y asegura a 200.000 empleadores en el estado de Nueva York. La misión de NYSIF es garantizar la disponibilidad de compensación laboral, seguro por discapacidad y licencia familiar paga al menor costo posible para los empleadores de Nueva York, manteniendo al mismo tiempo un fondo solvente. Desde su creación hace 110 años, NYSIF ha cumplido esta misión compitiendo con otras compañías de seguros para garantizar un mercado justo y, al mismo tiempo, servir como una fuente garantizada de cobertura para los empleadores que no pueden obtener cobertura en otro lugar. NYSIF se esfuerza por lograr los mejores resultados de salud para los trabajadores lesionados y ser un líder de la industria en precio, calidad y servicio para los empleadores de Nueva York. Para obtener más información, visite nysif.com.

Este documento se proporciona únicamente con fines informativos o educativos y no pretende sustituir el asesoramiento legal profesional ni el asesoramiento, diagnóstico o tratamiento en materia de salud. NYSIF no asume ninguna responsabilidad en relación con la confianza en este contenido.