

# Fadiga crônica associada a infecção por SARS-CoV-2

*Fadiga crônica associada a infecção por SARS-CoV-2*

<https://doi.org/10.5335/rbceh.?????.?????>

Maiara de Lima Munhon<sup>1</sup>, Silvio Concolato Junior<sup>2</sup>, Jorge Luiz Andrade da Silva Júnior<sup>3</sup> e Lia Mara Wibeling<sup>4</sup>

## Resumo

A fadiga é um sintoma comum de muitas infecções, uma vez que faz parte da resposta do organismo para combater uma infecção. Dentre os sintomas mais comuns pós-COVID 19 a fadiga tem sido relatada, independentemente da gravidade na fase aguda da COVID-19. A Síndrome da Fadiga Crônica caracteriza-se como uma doença crônica de etiologia incerta, caracterizada principalmente, por fadiga severa e uma combinação de sintomas relacionados às complicações como falta de concentração, depressão, distúrbios do sono, dores musculares e baixa aptidão física. O estudo tem como objetivo identificar a presença de fadiga crônica na infecção por SARS-CoV-2. Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, que é um método baseado em evidências científicas que permite sintetizar as evidências disponíveis sobre o tema investigado que já foram descritas na literatura. Os sintomas observados em pacientes pós-COVID-19 se assemelham em parte à síndrome da fadiga crônica (SFC), de modo que os quadros parecem se sobrepor. Para definição da Síndrome da Fadiga Crônica, é necessário que o paciente apresente os sintomas de forma contínua por pelo menos seis meses. Desse modo, torna-se um desafio aos profissionais de saúde o diagnóstico correto e tratamento adequado.

Palavras-chave: Covid-19. Encefalomielite Miálgica. Infecção Viral. Exercício Físico.



**RBCEH**

Revista Brasileira de Ciências  
do Envelhecimento Humano



**CIEEH2022**

Congresso Internacional de Estudos do  
Envelhecimento Humano



**REPRINTE**

Rede de Programas Interdisciplinares em Envelhecimento

V SIMPÓSIO REPRINTE

<sup>1</sup>Universidade de Passo Fundo, Passo Fundo, Brasil. <sup>2</sup>Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul, Sertão, Brasil. <sup>3</sup>Universidade de Passo Fundo, Passo Fundo, Brasil. <sup>4</sup>Universidade de Passo Fundo, Passo Fundo, Brasil.

## Introdução

A Síndrome da Fadiga Crônica (SFC) tem sido conceituada por volta de 1980 e descrita desde o século XVIII, sendo utilizados inúmeros nomes para esta condição ao longo dos anos, como Mononucleose crônica, Síndrome da Fadiga Pós-viral, Encefalopatia ou Encefalomielite Miálgica e Doença da intolerância sistêmica a esforços (WERKER; NIJHOF; VAN DE PUTTE, 2013; GLUCKMAN, 2020).

A SFC caracteriza-se como uma doença crônica de etiologia incerta, caracterizada principalmente, por fadiga severa e uma combinação de sintomas relacionados às complicações como falta de concentração, depressão, distúrbios do sono e dores musculares (FUKUDA et al., 1994). Um fator relevante no diagnóstico para SFC é quando os sintomas persistem por pelo menos seis meses, sem evidência de outra doença ou que o paciente melhore com repouso ou nutrição correta (WERKER; NIJHOF; VAN DE PUTTE, 2013; MOSS-MORRIS; DEARY; CASTELL, 2013).

A COVID-19 tornou-se um dos maiores desafios de saúde pública. No Brasil há mais de 29 milhões de casos confirmados e mais de 650 mil óbitos (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2022). A fadiga é um sintoma comum de muitas infecções, uma vez que faz parte da resposta do organismo para combater uma infecção (HERRERA et al., 2021), apresentando alteração imunológica pelo descondicionamento das capacidades físicas (FERREIRA; OLIVEIRA, 2021). O estudo tem como objetivo identificar a presença de fadiga crônica na infecção por SARS-CoV-2.

## Materiais e métodos

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, que é um método baseado em evidências científicas que permite sintetizar as evidências disponíveis sobre o tema investigado que já foram descritas na literatura. Realizou-se uma busca na base de dados Pubmed. Foram utilizados como critério para a seleção dos artigos a obtenção na íntegra, publicações no idioma português e inglês, que abordassem o tema de interesse.

## Resultados e discussão

O quadro pós-COVID está associado com dano tecidual prolongado e inflamação não controlada causados pelo SARS-CoV-2 (YONG, 2021; CROOK et al., 2021; LOPEZ-LEON et al., 2021). Na fase aguda, o espectro da doença pode variar desde um quadro assintomático até um quadro de grave comprometimento pulmonar e sistêmico. A maioria dos indivíduos com COVID-19 tem recuperação completa, porém, alguns podem permanecer com diversos sintomas a médio e longo prazo (OMS, 2021; UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL, 2022).

Estima-se que cerca de 10 a 20% dos indivíduos com COVID-19 apresentam sintomas prolongados por semanas a meses após a infecção inicial, porém, tais dados variam muito entre os estudos. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), o conjunto de tais efeitos recebeu a denominação de condições pós-COVID-19, definidas em indivíduos com histórico de infecção por SARS-CoV-2 provável ou confirmada, geralmente três meses após o início da COVID-19, com sintomas que duram pelo menos dois meses e não podem ser explicados por um diagnóstico alternativo (OMS, 2021).

Dentre os sintomas mais comuns pós-COVID 19 a fadiga tem sido relatada, independentemente da gravidade da fase aguda da COVID-19 (OMS, 2021; UFRGS, 2022). A fadiga é um sintoma comum de muitas infecções, uma vez que faz parte da resposta do organismo para combater uma infecção. Pode ser definida como uma sensação de cansaço, exaustão ou falta de energia; pode ser física, cognitiva ou emocional; leve a grave; intermitente à persistente; pode comprometer a energia, a motivação e a concentração de um indivíduo, afetando negativamente a sensação de bem-estar e a qualidade de vida (HERRERA et al., 2021). O nível de descondicionamento dessas capacidades, resulta na perda da aptidão física, umas das consequências acometidas à fadiga muscular (FERREIRA; OLIVEIRA, 2021).

Os sintomas observados em pacientes pós-COVID-19 se assemelham em parte à SFC, de modo que os quadros parecem se sobrepôr (LOPEZ-LEON et al., 2021). Também denominada encefalite miálgica, a SFC se caracteriza por fadiga crônica incapacitante, desconforto após esforços e uma série de outros sintomas, incluindo comprometimento neurológico e/ou cognitivo, sono não reparador, dor musculoesquelética, disfunção autonômica, entre outros (DYNAMED, 2022).

O diagnóstico é clínico, feito com base no relato dos sintomas expostos pelo paciente, baseado na exclusão de outras doenças que podem causar os sintomas (DYNAMED, 2022). Segundo o Centro de Controle e Prevenção de Doenças dos Estados Unidos, três principais sintomas devem estar presentes para o diagnóstico: redução na capacidade de realizar atividades que eram habituais antes da doença, o que ocorre junto com a fadiga e deve durar seis meses ou mais; agravamento dos sintomas após atividade física ou mental que não ocorria antes da doença, denominado mal-estar pós-esforço; e problemas de sono (CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION, 2021).

Quanto ao manejo da fadiga pós COVID-19, deve-se focar no alívio dos sintomas e na orientação ao paciente (HERRERA et al., 2021). Para isso, um cuidado multidisciplinar é imprescindível. Algumas recomendações que devem ser abordadas com o paciente são: iniciar um programa estruturado de retorno às atividades físicas de intensidade leve a moderada conforme as adaptações fisiológicas de cada indivíduo, elaborar estratégias de conservação de energia (LEITE et al., 2022), incentivar um padrão alimentar saudável e hidratação, estimular a higiene do sono, tratar condições médicas subjacentes (como dor, insônia/distúrbios do sono e problemas de humor que possam estar contribuindo para a fadiga) (HERRERA et al., 2021). Ademais, considerando as semelhanças entre os quadros, o esquema de tratamento da SFC pode ser útil para o tratamento da fadiga pós Covid-19, o que inclui técnicas de manejo das atividades diárias (CROOK et al., 2021).

Segundo estudos, pacientes que apresentaram a forma mais grave da Covid-19, necessitando de hospitalização e internação em Unidades de Terapias Intensivas e foram submetidos a intubação orotraqueal, manifestaram fadiga crônica após recuperação da Covid-19 (SOCIEDADE BRASILEIRA DE REUMATOLOGIA, 2020).

## Conclusão

Para definição da Síndrome da Fadiga Crônica, é necessário

que o paciente apresente os sintomas de forma contínua por pelo menos seis meses. Desse modo, torna-se um desafio aos profissionais de saúde o diagnóstico correto e tratamento adequado. A implementação de programas de reabilitação, que integrem equipe multidisciplinar para educação de pacientes e familiares portadores da doença podem alcançar bons resultados clínicos e melhora da qualidade de vida dos indivíduos.

## Referências

Center for Disease Control and Prevention. Post- COVID conditions. Atualizado em: 16/09/2021. Disponível em: <<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/long-term-effects/index.html#:~:text=Post%2DCOVID%20conditions%20are%20a,can%20have%20post%2DCOVID%20conditions>>. Acesso em: 13 março 2022.

CROOK, H. et al. Long covid-mechanisms, risk factors, and management. *British Medical Journal (Clinical research ed.)*, 374, n.1648, Julho, 2021. Disponível em: <https://www.bmj.com/content/374/bmj.n1648.long>. Acesso em: 13 março 2022.

DynaMed. Chronic Fatigue Syndrome. EBSCO Information Services. Disponível em: <<https://www.dynamed.com/condition/chronic-fatigue-syndrome>>. Acesso em: 13 março 2022.

FERREIRA, E. V. M.; OLIVEIRA, R. K. F. Mechanisms of exercise intolerance after COVID-19: new perspectives beyond physical deconditioning. *Jornal Brasileiro de Pneumologia*, 31 out. 2021. Disponível em: <<http://www.jornaldepneumologia.com.br/details/3604/en-US/mechanisms-of-exercise-intolerance-after-covid-19--new-perspectives-beyond-physical-deconditioning>>. Acesso em: 28 ago. 2022

FUKUDA, K. et. al. The chronic fatigue syndrome: a comprehensive approach to its definition and study. *Ann Intern Med*, v. 121, n. 12, p. 953-959, 1994.

GLUCKMAN, S. Síndrome de fadiga crônica. Manual MSD. Disponível em: <<https://www.msdmanuals.com/pt-pt/profissional/t%C3%B3picos-especiais/s%C3%ADndrome-de-fadiga-cr%C3%B4nica/s%C3%ADndrome-de-fadiga-cr%C3%B4nica#>>. Acesso em: 10 mar 2022. 2020.

HERRERA, J. et al. Multidisciplinary collaborative consensus guidance statement on the assessment and treatment of fatigue in postacute sequelae of SARS-CoV-2 infection (PASC) patients. *PM & R : the journal of injury, function, and rehabilitation*, v.13, n. 9, p.1027–1043, Ago. 2021. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8441628/>>. Acesso em: 13 março 2022.

LEITE, L. M. DE S. et al. Evidências Científicas Relacionadas ao Exercício Físico e Síndrome Pós Covid-19 Scientific Evidence Related to Physical Exercise and Post-Covid-19 Syndrome A temática principal do estudo em questão permeia

na elucidação do porquê uma parcela dos pacientes. p. 106–118, 2022.

LOPEZ-LEON, S. et al. More than 50 long-term effects of COVID-19: a systematic review and meta-analysis. *Scientific Reports*, 11, 16144, agosto, 2021. Disponível em: <https://www.nature.com/articles/s41598-021-95565-8#citeas>. Acesso em: 13 março 2022.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Coronavírus. Atualizado em: 12/03/2022. Disponível em: <https://covid.saude.gov.br/>. Acesso em: 13 março 2022.

MOSS-MORRIS, R.; DEARY, V.; CASTELL, B. Chronic fatigue syndrome. In: Barnes, M. P.; Good, D. C. *Handbook of Clinical Neurology*. 1.ed., v. 110. Elsevier B.V., 2013, p. 303-314.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. A clinical case definition of post COVID-19 condition by a Delphi consensus. 6 October 2021. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/345824/WHO-2019-nCoV-Post-COVID-19-condition-Clinical-case-definition-2021.1-eng.pdf>. Acesso em: 13 março 2022.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE REUMATOLOGIA. Covid-19 Pode Causar Síndrome Da Fadiga Crônica. Disponível em: <<https://www.reumatologia.org.br/sbrnamidia/covid-19-pode-causar-sindrome-da-fadiga-cronica/>>. Acesso em: 12 março 2022.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL. Faculdade de Medicina. Programa de Pós-Graduação em Epidemiologia. TelessaúdeRS (TelessaúdeRS-UFRGS). Telecondutas: condições pós-COVID-19. Porto Alegre: TelessaúdeRS-UFRGS, 21 jan. 2022. Disponível em: <<https://www.ufrgs.br/telessauders/teleconsultoria/0800-644-6543/#telecondutas-0800>>. Acesso em: 13 março 2022.

WERKER, C. L.; NIJHOF, S. L.; VAN DE PUTTE, E. M. Clinical Practice: Chronic fatigue syndrome. *Eur J Pediatr*. v. 172, n.10, p. 1293–1298, 2013.