

<https://doi.org/10.48061/SAN.2026.27.2.111>

IMPACTO NUTRICIONAL DEL SÍNDROME POST-COVID-19: UN ESTUDIO TRANSVERSAL EN SANTA CRUZ, ARGENTINA

NUTRITIONAL IMPACT OF POST-COVID-19 SYNDROME: A CROSS-SECTIONAL STUDY IN SANTA CRUZ, ARGENTINA

María Alejandra Marcuzzi¹, Mirtha Zuleyka Sánchez², Sonia Rindisbacher³, Tayhana Ortolá⁴ y Cándida Soza⁵

¹ Licenciada en Nutrición (UNC), Especialista en Gerontología Comunitaria e Institucional (UNdMP), Diplomada en Docencia Universitaria (UNPA). Universidad Nacional de la Patagonia Austral. Unidad Académica San Julián, Escuela de Enfermería UASJ- UNPA. Carrera de Licenciatura en Enfermería. Miembro del Instituto de Salud e Interacción Socio Comunitario. <https://orcid.org/0009-0009-9755-1629>

² Dra. en Enfermería. Universidad Nacional de la Patagonia Austral. Unidad Académica San Julián, Escuela de Enfermería UASJ- UNPA. Carrera de Licenciatura en Enfermería. Directora del Instituto de Salud e Interacción Socio Comunitario. <https://orcid.org/0000-0001-5982-5689>

³ Médica. Especialista en Neumología. Universidad Nacional de la Patagonia Austral. Unidad Académica San Julián, Escuela de Enfermería UASJ- UNPA. Carrera de Licenciatura en Enfermería. Miembro del Instituto de Salud e Interacción Socio Comunitario. <https://orcid.org/0009-0009-7920-9862>

⁴ Médica. Especialista en Diabetes. Universidad Nacional de la Patagonia Austral. Unidad Académica San Julián, Escuela de Enfermería UASJ- UNPA. Carrera de Licenciatura en Enfermería. Miembro del Instituto de Salud e Interacción Socio Comunitario <https://orcid.org/0009-0005-9403-7801>

⁵ Licenciada en Enfermería. Especialista en Enfermería Familiar y Comunitaria. Universidad Nacional de la Patagonia Austral. Unidad Académica San Julián, Directora de la Escuela de Enfermería UASJ- UNPA. Carrera de Licenciatura en Enfermería. Miembro del Instituto de Salud e Interacción Socio Comunitario <https://orcid.org/0009-0004-6090-8034>.

Declaración de Autoría:

Contribución sustancial al diseño: Marcuzzi, María A; Sánchez, Mirtha

Redacción del borrador inicial: Marcuzzi, María A; Sánchez, Mirtha

Recolección, análisis o interpretación de datos: Marcuzzi, María A; Sánchez Mirtha; Rindisbacher, Sonia; Soza, Celia.

Elaboración de tablas y figuras: Marcuzzi, María A; Sánchez, Mirtha.

Concepción y diseño del estudio; supervisión clínica; revisión crítica del manuscrito: Marcuzzi, María A; Sánchez, Mirtha.

Redacción o revisión crítica con contenido intelectual relevante del manuscrito: Marcuzzi, María A; Sánchez, Mirtha; Rindisbacher, Sonia; Soza, Celia.

Revisión bibliográfica: Marcuzzi, María A; Sánchez, Mirtha.

Apoyo en redacción: Marcuzzi, María A; Sánchez, Mirtha.

Aprobación final de la versión a publicar: Marcuzzi, María; Sánchez, Mirtha; Rindisbacher, Sonia; Ortolá, Tayhana; Soza, Celia.

Compromiso de responsabilidad por la integridad del trabajo: Marcuzzi, María A; Sánchez, Mirtha; Rindisbacher, Sonia; Ortolá, Tayhana; Soza, Celia.

Correspondencia: María Alejandra Marcuzzi

E-mail: alemarcuzzi17@gmail.com

Presentado: 14/11/2025. Aceptado: 26/05/2026

RESUMEN

Introducción: La pandemia de COVID-19, causada por el virus SARS-CoV-2, representó uno de los mayores desafíos de salud pública de la historia reciente, con consecuencias persistentes a nivel físico, emocional y nutricional. Entre sus secuelas, el síndrome post-COVID-19 ha adquirido creciente relevancia debido a la persistencia de síntomas que afectan la calidad de vida de las personas.

Objetivo: Describir las repercusiones alimentarias y nutricionales en personas con síndrome post-COVID-19 en la provincia de Santa Cruz, Argentina.

Metodología: Se realizó un estudio cuantitativo, descriptivo, de campo y de corte transversal entre los años 2023 y 2025. La población estuvo conformada por personas que habían padecido COVID-19 en la provincia de Santa Cruz. La muestra final incluyó 527 participantes. Para la recolección de datos se diseñó un instrumento original, estructurado en dos secciones: datos sociodemográficos y sintomatología nutricional post-COVID-19. El cuestionario fue administrado mediante Google Forms. Se respetaron los principios éticos de confidencialidad y consentimiento informado.

Resultados: El grupo etario más representado fue el de 31 a 40 años (30,43%). La localidad con mayor participación fue Comandante Luis Piedrabuena (16,30%). La mayoría de los participantes eran de nacionalidad argentina (97,98%). Luego de ocho semanas, el 52,18% reportó al menos un síntoma persistente, destacándose la fatiga (15,38%) y la pérdida del olfato (7,29%). Asimismo, el 55,73% manifestó modificaciones en el peso corporal: el 36,46% aumentó más de 5 kg y el 32,81% disminuyó entre 1 y 5 kg.

Conclusión: Los hallazgos evidencian que el síndrome post-COVID-19 genera repercusiones significativas sobre la salud nutricional y los hábitos alimentarios de las personas afectadas. Estos resultados refuerzan la necesidad de implementar estrategias integrales de seguimiento nutricional y políticas públicas orientadas a mejorar la recuperación y la calidad de vida de quienes presentan secuelas post-COVID-19.

Palabras clave: síndrome post-COVID-19; salud nutricional; hábitos alimentarios; pérdida de peso; COVID prolongado.

ABSTRACT

Introduction: The COVID-19 pandemic, caused by the SARS-CoV-2 virus, represented one of the greatest public health challenges in recent history, with persistent physical, emotional, and nutritional consequences. Among its sequelae, post-COVID-19 syndrome has gained increasing relevance due to the persistence of symptoms that affect people's quality of life.

Objective: To describe the dietary and nutritional impacts on individuals with post-COVID-19 syndrome in the province of Santa Cruz, Argentina.

Methodology: A quantitative, descriptive, field-based, cross-sectional study was conducted between 2023 and 2025. The study population consisted of individuals who had had COVID-19 in the province of Santa Cruz. The final sample included 527 participants. An original data collection instrument was designed, structured into two sections: sociodemographic data and post-COVID-19 nutritional symptoms. The questionnaire was administered via Google Forms. Ethical principles of confidentiality and informed consent were adhered to.

Results: The most represented age group was 31 to 40 years old (30.43%). The city with the highest participation was Comandante Luis Piedrabuena (16.30%). Most participants were (97.98%). After eight weeks, 52.18% reported at least one persistent symptom, notably fatigue (15.38%) and loss of smell (7.29%). Likewise, 55.73% reported changes in body weight: 36.46% gained more than 5 kg, and 32.81% lost between 1 and 5 kg.

Conclusion: The findings demonstrate that post-COVID-19 syndrome has significant repercussions on the nutritional health and eating habits of those affected. These results reinforce the need to implement comprehensive nutritional monitoring strategies and public policies aimed at improving the recovery and quality of life of those with post-COVID-19 aftereffects.

Keywords: post-COVID-19 syndrome; nutritional health; eating habits; weight loss; long COVID.

INTRODUCCIÓN

La pandemia por coronavirus 2019 (COVID-19), causada por el virus SARS-CoV-2, constituyó uno de los desafíos de salud pública más relevantes de la historia reciente, con un impacto sanitario, social y económico a nivel global¹. Desde su identificación a finales de 2019, la rápida propagación del virus y la emergencia de diversas variantes exigieron respuestas dinámicas y multifacéticas por parte de los sistemas de salud y los gobiernos². En este contexto, la evolución de la pandemia mostró patrones heterogéneos en distintas regiones, influenciada por factores demográficos, socioeconómicos y geográficos, así como por las estrategias de mitigación implementadas.

Argentina, como parte de América Latina, no fue ajena a este fenómeno, experimentando sucesivas olas de contagios y una significativa presión sobre su sistema sanitario³. La respuesta nacional incluyó medidas de aislamiento social preventivo y obligatorio, campañas masivas de vacunación y el fortalecimiento de la capacidad hospitalaria. No obstante, dentro del territorio argentino, la dinámica de la pandemia exhibió variaciones notables entre las diferentes jurisdicciones.

La provincia de Santa Cruz, ubicada en la Patagonia austral, presentó características epidemiológicas particulares relacionadas con su baja densidad poblacional, la distribución y distancia geográfica de sus centros urbanos, y las condiciones de conectividad regional⁴. Estos factores pudieron influir tanto en la dispersión del virus como en las experiencias de recuperación posteriores a la infección.

El síndrome post-COVID, también conocido como COVID prolongado o Long COVID, emergió como una preocupación de salud global, impactando en la población mucho tiempo después de la resolución de la infección aguda por SARS-CoV-2⁵. Este síndrome se caracteriza por una amplia gama de síntomas físicos, emocionales y funcionales persistentes, que pueden afectar significativamente la calidad de vida de las personas⁶.

Dentro de las diversas manifestaciones del síndrome post-COVID, la alimentación, el estado nutricional

y las modificaciones en el peso corporal han surgido como aspectos relevantes y complejos⁷. Durante la fase aguda de la enfermedad, son frecuentes síntomas como la pérdida del gusto y el olfato, la fatiga intensa, el malestar general y la inapetencia, los cuales pueden modificar los hábitos alimentarios y comprometer la ingesta nutricional⁸. La pérdida o persistencia de estos u otros síntomas en la fase post-aguda, como la inapetencia, problemas de memoria, ansiedad o dificultad para respirar, puede seguir influyendo en el consumo de alimentos y en el manejo del peso⁹.

Estudios recientes han comenzado a explorar cómo el COVID-19 y sus secuelas afectan el metabolismo, el apetito y la composición corporal¹⁰. En este contexto, se ha observado que un porcentaje considerable de pacientes experimenta cambios en sus hábitos de alimentación, así como variaciones en su peso corporal, incluyendo aumentos o disminuciones notables.

En Argentina, se identificaron alteraciones en los hábitos alimentarios y el estado nutricional de la población durante y después de la pandemia, incluyendo un mayor consumo de alimentos ultraprocesados, bebidas azucaradas y harinas refinadas, acompañado de una disminución en la ingesta de frutas, verduras y preparaciones caseras¹¹. Estas modificaciones estuvieron asociadas con factores emocionales como el estrés, la ansiedad y el sedentarismo.

El trabajo de investigación que exponemos tuvo por objetivo describir las repercusiones alimentarias y nutricionales de los pacientes con síndrome post-COVID en la provincia de Santa Cruz, Argentina. Comprender esta relación entre las secuelas post-COVID-19, los hábitos alimentarios y las modificaciones del peso corporal permite aportar evidencia científica para el desarrollo de estrategias de intervención y seguimiento nutricional orientadas a mejorar la recuperación integral y la calidad de vida de la población afectada.

MÉTODO

Se realizó un estudio cuantitativo, descriptivo, de campo y de corte transversal^{12,13}, desarrollado entre los años 2023 y 2025. La población estuvo conformada por personas que contrajeron COVID-19 en la provincia de Santa Cruz, Argentina. Los participantes iniciales contactados fueron 644 y la muestra final evaluada quedó conformada por 527 participantes.

Los criterios de inclusión consideraron haber padecido COVID-19, residir en la provincia de Santa Cruz, aceptar participar voluntariamente, contar con medios tecnológicos para responder la encuesta y completarla en más del 90%. Los criterios de exclusión fueron no haber padecido la enfermedad o haber respondido menos del 90% de la encuesta tras iniciar el registro.

Para la recolección de datos se diseñó un instrumento inédito en Google Forms, estructurado en dos secciones: la primera para datos sociodemográficos y la segunda para indagar la sintomatología nutricional post-COVID. El cuestionario estuvo compuesto por preguntas cerradas con distintas alternativas de respuesta. Previamente, el instrumento fue validado mediante juicio de expertos en redacción y contenido. Asimismo, se realizó una prueba piloto con diez participantes de características similares a las de la muestra principal. Los datos obtenidos fueron sometidos a pruebas estadísticas de confiabilidad, incluyendo el coeficiente alfa de Cronbach, el cual arrojó un valor de 0,89, evidenciando una alta confiabilidad interna.

Por otro lado, se garantizaron los aspectos éticos de la investigación, incluyendo la evaluación por el comité ético de CIT Santa Cruz, por CONICET y la Universidad Nacional de la Patagonia Austral (UNPA), "bajo el Código de Identificación del trabajo: RSAN 1336-25", considerando el conocimiento del diseño metodológico, los instrumentos de recolección de datos y los procedimientos implementados en el estudio. De igual forma se consideraron aspectos como la confidencialidad y el consentimiento informado de acuerdo con las normativas vigentes. De esta manera, a los participantes se les informó sobre el título, objetivos del estudio, se evacuaron dudas y se les aseguró que los resultados serían analizados exclusivamente con fines científicos y para publicación académica, bajo un esquema de participación libre, voluntaria y anónima.

La recolección de datos estuvo a cargo de 80 estudiantes avanzados de la Escuela de Enfermería de la Unidad Académica San Julián de la Universidad Nacional de la Patagonia Austral, quienes fueron capacitados mediante un seminario teórico-práctico de 40 horas sobre la aplicación de encuestas de salud.

El análisis estadístico fue descriptivo para las variables categóricas, utilizando frecuencias absolutas y relativas. La asociación entre variables categóricas se evaluó mediante la prueba de chi-cuadrado de independencia, considerando un valor de $p < 0,05$ como significativo. Todo el análisis estadístico se realizó utilizando el software R¹⁴.

RESULTADOS

La encuesta final consolidada abarcó a los 527 participantes que manifestaron haber sufrido de COVID-19. De ellos, 415 (78,7%) correspondían al género femenino, 110 (20,8%) al masculino y 2 (0,5%) al no binario.

Seguidamente, el Gráfico N° 1 muestra el rango etario de los encuestados, donde la mayoría se encontraba en los segmentos de 31 a 40 años (30,43%) y 21 a 30 años (29,04%), seguidos por los grupos de 41 a 50 años (20,6%), 51 a 60 años (9,6%), menores de 20 años (5,1%), 61 a 70 años (3,4%) y finalmente de 71 a 80 años (1,9%). No se halló asociación estadística entre el rango etario y el haber enfermado de COVID-19 (p -valor=0,3571), es decir, la aparición del cuadro post-agudo no depende de la edad en esta muestra.

En relación con la nacionalidad de los participantes, la mayoría (97,98%) era de nacionalidad argentina y solo el 2,02% era extranjera. No se encontró asociación significativa entre la nacionalidad y el haber enfermado de COVID-19 (p -valor=0,7926).

En cuanto al Gráfico N° 2, se evidencia que, geográficamente, las localidades más representadas fueron Comandante Luis Piedrabuena (16%), seguida de Gobernador Gregores (14%), Puerto San Julián (14%), Caleta Olivia (12%) y Las Heras (9%). Con un 7% se ubicaron Puerto Santa Cruz, Pico Truncado y Río Gallegos, respectivamente; un 5% para Puerto Deseado y El Calafate; y finalmente un 2% para Perito Moreno, junto a un 1% para El Chaltén y Río Turbio de forma individual. Se constató una representatividad no homogénea por localidad altamente significativa (p -valor < 0,0001), existiendo una asociación estadísticamente significativa entre la localidad de residencia y la distribución del impacto por COVID-19.

Respecto de la persistencia de síntomas, transcurridas las 8 semanas desde la infección aguda, 436 participantes (83%) describieron al menos un síntoma persistente, mientras que 91 (17%) manifestaron no tener sintomatología asociada. Al evaluar la situación luego de las 12 semanas (criterio clínico de Long COVID), un 29% (n =151) señaló que persistía con sintomatología, mientras que el 71% (n =376) ya no evidenciaba secuelas.

El Gráfico N° 3 describe las manifestaciones referidas. Del total de síntomas registrados, un 68% correspondió a manifestaciones generales y un 32% a síntomas estrictamente nutricionales y digestivos persistentes. Dentro de estos últimos, la pérdida de olfato lideró con un 23%, seguida de la pérdida del gusto (20%), la modificación en el peso corporal (18%), el cansancio incapacitante (13%), el dolor de garganta (8%), la inapetencia (5%), el aumento de apetito (4%), el dolor abdominal (3%), la diarrea (3%), los vómitos (2%) y la odinofagia recurrente (1%).

En relación con las modificaciones ponderales específicas, el Gráfico N° 4 refleja la distribución del universo de participantes (n =192) que manifestaron alteraciones en su peso corporal. Entre ellos, 37 personas (19,27%) aumentaron entre 1 y 5 kilos, mientras que en 70 pacientes (36,46%) el aumento fue mayor a 5 kilos. En cuanto a la disminución de peso, 63 encuestados (32,81%) bajaron entre 1 y 5 kilos y 22 (11,46%) disminuyeron más de 5 kilos.

El Gráfico N° 5 muestra los cambios percibidos en el estilo de vida, donde el 45,92% de la muestra reportó alguna modificación sustancial. Las variaciones negativas o adaptativas más frecuentes se observaron en la actividad física (27%), la higiene general (24%), los hábitos de alimentación (22%) y el consumo de sustancias lícitas, como tabaco y alcohol (8%).

DISCUSIÓN

La presente investigación aporta evidencia relevante sobre las repercusiones nutricionales y las modificaciones del peso corporal en personas con síndrome post-COVID-19 residentes en la provincia de Santa Cruz, Argentina. Los resultados obtenidos permiten reconocer la magnitud del impacto que las secuelas posteriores a la infección por SARS-CoV-2 pueden generar sobre el estado nutricional, los hábitos alimentarios y la composición corporal. En concordancia con estos hallazgos, Gérard et al.¹⁵ señalan que la pandemia por COVID-19 no solo produjo consecuencias sanitarias inmediatas, sino también efectos sostenidos sobre los sistemas alimentarios, la seguridad alimentaria y la nutrición poblacional. Asimismo, describen que tanto la desnutrición como la obesidad y otras formas de malnutrición constituyen factores que aumentan la susceptibilidad y la gravedad clínica frente a la infección, comprometiendo la respuesta inmunológica y favoreciendo peores desenlaces clínicos.

En el presente estudio, cerca de la mitad de los participantes manifestó modificaciones en los hábitos alimentarios y en la práctica de actividad física luego de atravesar la enfermedad. Estos resultados reflejan el impacto persistente del síndrome post-COVID-19 sobre conductas fundamentales para la salud y coinciden con lo re-

portado en investigaciones nacionales e internacionales. En un estudio realizado en La Pampa, Matzkin et al.¹⁶ describieron un empeoramiento de la alimentación y una disminución de la actividad física, mientras que Simpson y Robinson¹⁷, en población adulta del Reino Unido, informaron cambios desfavorables en los patrones alimentarios y un aumento del sedentarismo durante el confinamiento.

Las modificaciones en los estilos de vida observadas en este contexto poseen implicancias directas sobre el peso corporal y el estado nutricional. En esta investigación se registró una respuesta ponderal heterogénea; sin embargo, predominó el incremento ponderal, particularmente superior a 5 kg en una proporción considerable de los participantes. Este hallazgo coincide con lo descrito en estudios internacionales que asocian el estrés, la reducción de la actividad física y el aumento del consumo de alimentos de alta densidad energética con modificaciones desfavorables de la composición corporal, sistematizados por revisiones globales de la OMS^{1,18, 19}.

Entre la población española, De Izaola et al.¹⁹ identificaron a la inactividad física y al incremento del consumo de alimentos hipercalóricos como factores asociados al aumento de peso. Del mismo modo, Khubchandani et al.²⁰ observaron que una parte sustancial de los adultos aumentó de peso durante el primer año de pandemia, atribuyendo este fenómeno al sedentarismo, las alteraciones en las rutinas diarias y el incremento del estrés ambiental.

Estos resultados adquieren particular relevancia considerando que en la población estudiada se identificó una prevalencia de obesidad del 25,54%, condición que constituye un factor de riesgo establecido para el desarrollo y agravamiento de enfermedades crónicas no transmisibles y que podría contribuir a una evolución más desfavorable del síndrome post-COVID-19.

Por otra parte, aunque menos frecuente, la pérdida de peso involuntaria observada en algunos participantes también representa un hallazgo clínicamente significativo. En pacientes con cuadros post-infecciosos, la disminución no intencional del peso corporal puede reflejar procesos de malnutrición, inflamación persistente, catabolismo muscular y deterioro funcional.

En este sentido, la ausencia de evaluaciones específicas de composición corporal constituye una limitación del estudio, ya que no permitió diferenciar la pérdida de masa grasa de la pérdida de masa muscular magra. La coexistencia de aumento y descenso ponderal observada en esta investigación pone de manifiesto la heterogeneidad de las respuestas metabólicas asociadas al COVID prolongado⁷.

Las alteraciones quimiosensoriales, de manera notable la anosmia y la disgeusia, se presentaron como síntomas relevantes tanto en la fase aguda como en la etapa post-aguda de la enfermedad⁸. Si bien en esta cohorte no se establecieron asociaciones estadísticas directas, diversos estudios demuestran que las disfunciones del gusto y del olfato afectan la palatabilidad de los alimentos, la selección dietética y el comportamiento alimentario general⁹. La persistencia de estas alteraciones puede favorecer la inapetencia o patrones alimentarios erráticos; asimismo, algunos pacientes recurren al consumo compensatorio de alimentos ultraprocesados en búsqueda de una mayor estimulación sensorial.

Asimismo, investigaciones recientes evidenciaron la persistencia de procesos inflamatorios, aumento del tejido adiposo y disminución de masa magra incluso varios meses después de la infección aguda por SARS-CoV-2²¹. Estas alteraciones podrían explicar parcialmente la fatiga crónica y la disminución de la capacidad funcional en pacientes con síndrome post-COVID-19.

En concordancia con estos antecedentes, los resultados del presente estudio refuerzan la necesidad de incorporar la evaluación y seguimiento nutricional integral dentro del abordaje clínico de estas secuelas. Las recomendaciones actuales de la European Society for Clinical Nutrition and Metabolism (ESPEN)²² destacan la importancia de realizar una evaluación nutricional precoz y una detección de riesgo de sarcopenia en esta población. De igual manera, estudios desarrollados por Zúñiga-González²⁴ y Ávila Rojo et al.²⁵ describieron modificaciones persistentes de la composición corporal y de los patrones alimentarios en pacientes con COVID prolongado, hallazgos que presentan claras similitudes con los observados en esta investigación.

Limitaciones

Entre las principales limitaciones del estudio se destaca el carácter transversal del diseño¹², que impide establecer relaciones causales entre las variables analizadas. Asimismo, la utilización de datos autoinformados podría introducir sesgos de recuerdo y de deseabilidad social. La ausencia de registros alimentarios detallados y de evaluaciones objetivas de composición corporal limita la caracterización precisa de las alteraciones nutricionales observadas.

Proyecciones futuras

Se recomienda desarrollar estudios longitudinales que incorporen la evaluación objetiva de composición cor-

poral, el análisis de ingesta alimentaria y biomarcadores inflamatorios, con el objetivo de profundizar el conocimiento sobre las repercusiones nutricionales del síndrome post-COVID-19. Asimismo, resulta relevante investigar la relación entre las alteraciones quimiosensoriales y los cambios alimentarios, así como evaluar intervenciones nutricionales específicas adaptadas a las características socioculturales y epidemiológicas de la población local.

CONCLUSIÓN

Los resultados del presente estudio evidencian que el síndrome post-COVID-19 se asocia con alteraciones persistentes en los hábitos alimentarios, la actividad física y el estado nutricional de la población evaluada, configurando un escenario de vulnerabilidad nutricional que requiere atención clínica específica.

Las alteraciones quimiosensoriales, particularmente la disminución o pérdida del gusto y del olfato, constituyen mecanismos fisiopatológicos plausibles capaces de modificar el apetito, la palatabilidad, la selección de alimentos y las conductas alimentarias, tal como ha sido descrito previamente en la literatura científica^{8,9}. Asimismo, las modificaciones observadas en el peso corporal –incluyendo tanto aumento como descenso ponderal– reflejan la heterogeneidad de las respuestas metabólicas y nutricionales posteriores a la infección por SARS-CoV-2¹⁰. Estos hallazgos coinciden con investigaciones recientes que describen un riesgo aumentado de malnutrición, pérdida de masa muscular, alteraciones de la composición corporal y disfunción metabólica en pacientes con COVID prolongado^{14,21}.

Del mismo modo, la elevada frecuencia de cambios en la alimentación y en la práctica de la actividad física reportada por los participantes pone de manifiesto la necesidad de considerar ambas dimensiones como componentes centrales dentro del proceso de recuperación integral.

En conjunto, la evidencia obtenida refuerza la importancia de incorporar la evaluación, el monitoreo y el acompañamiento nutricional sistemático dentro del seguimiento clínico de personas con secuelas post-COVID-19. La identificación temprana de alteraciones del peso corporal, trastornos sensoriales persistentes y posibles déficits nutricionales podría contribuir a optimizar la recuperación funcional, prevenir complicaciones asociadas al deterioro metabólico y mejorar la calidad de vida de los pacientes²².

Financiamiento

Universidad Nacional de la Patagonia Austral- Unidad Académica San Julián PI Tipo I, código 29/D112 denominado "Seguimiento a Pacientes Post COVID 19 en la Provincia de Santa Cruz, Argentina" desarrollado entre 2023-2025.

Conflictos de interés

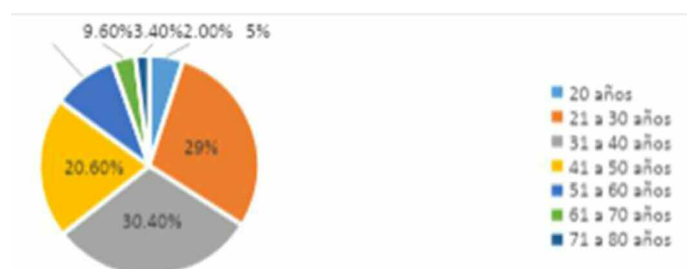
Las autoras declaran no tener conflicto de interés.

REFERENCIAS

1. World Health Organization. Coronavirus disease (COVID-19) pandemic [Internet]. Ginebra: WHO; 2020 [citado 2026 may 21]. Disponible en: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>
2. Centers for Disease Control and Prevention. About COVID-19 [Internet]. Atlanta: CDC; 2023 [citado 2026 may 21]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/about-covid-19.html>
3. Ministerio de Salud de la Nación. Parte diario de la situación de COVID-19 en Argentina. Buenos Aires: Ministerio de Salud; 2021.
4. Gobierno de la Provincia de Santa Cruz. Informes Epidemiológicos COVID-19. Río Gallegos: Ministerio de Salud y Ambiente; 2022.
5. Organización Mundial de la Salud. A clinical case definition of post COVID-19 condition by a Delphi consensus, 6 October 2021 [Internet]. Ginebra: OMS; 2021 [citado 2026 may 21]. Disponible en: https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-Post_COVID-19_condition-Clinical_case_definition-2021.1
6. Nalbandian A, Sehgal A, Gupta A, Madhavan MV, McGonagle CA, Newkirk RF, et al. Post-acute COVID-19 syndrome. *Nat Med*. 2021;27(4):601-615. doi: 10.1038/s41591-021-01283-z.
7. Menni C, Valdes AM, Freidin MB, Sudre CH, Nguyen LH, Drew DA, et al. Real-world data shows long-term symptom profiles after COVID-19 infection. *Cell*. 2021;184(21):5809-5825.e15. doi: 10.1016/j.cell.2021.09.006.
8. Davis HE, Assaf LS, McCorkell L, Wei H, Hou C, Gelb Y, et al. Characterizing long COVID: A living systematic review. *MedRxiv* [Preprint]. 2021. doi: 10.1101/2021.03.22.21254095.
9. Huang C, Huang L, Wang Y, Li X, Ren L, Guo J, et al. 6-month consequences of COVID-19 in patients discharged from hospital: a cohort study. *Lancet*. 2021;397(10270):220-232. doi: 10.1016/S0140-6736(20)32656-8.
10. Wang K, Fu Y, Wang X, Wang Y, Long H. Long-term effects of COVID-19 on body weight and eating habits: A systematic review and meta-analysis. *J Clin Nutr*. 2023;42(3):123-130.
11. Ares G, et al. Hábitos alimentarios durante la pandemia de COVID-19: estudio en mujeres del AMBA. *Rev Argent Nutr*.

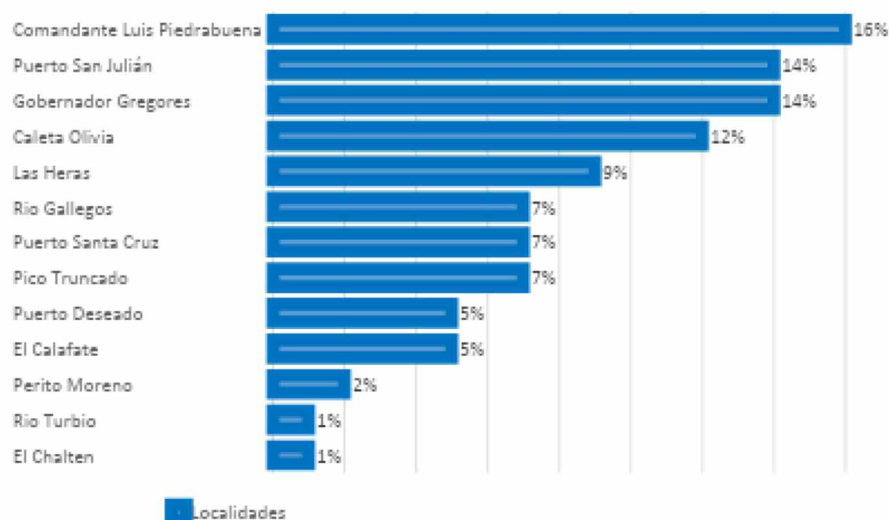
- 2021;38(2):56-64.
12. Arias Gonzales JL, Covinos Gallardo M. Diseño y metodología de la investigación. Arequipa: Enfoques Consulting EIRL; 2021 [citado 2026 may 21]. Disponible https://repositorio.concytec.gob.pe/bitstream/20.500.12390/2260/1/AriasCovinos-Diseno_y_metodologia_de_la_investigacion.pdf
 13. Hernández Sampieri R, Mendoza Torres CP. Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. Ciudad de México: McGraw-Hill Education; 2018.
 14. R Core Team. R: A language and environment for statistical computing. Viena: R Foundation for Statistical Computing; 2024. Disponible en: <https://www.R-project.org/>.
 15. Gérard M, Mahmutovic M, Malgras A, Michot N, Scheyer N, Jaussaud R, Nguyen-Thi PL, Quilliot D. Long-Term Evolution of Malnutrition and Loss of Muscle Strength after COVID-19: A Major and Neglected Component of Long COVID-19. *Nutrients*. 2021;13(11):3964. doi: 10.3390/nu13113964.
 16. Matzkin V, Maldin A, Gutiérrez RP. Hábitos alimentarios antes y durante la pandemia por covid-19 en un grupo de niñas/os de la Pampa. *Actual Nutr* [Internet]. 2021 [citado 2026 may 21];22(2). Disponible en: https://revistasan.org.ar/pdf_files/trabajos/vol_22/num_2/RSAN_22_2_35.pdf
 17. Simpson R, Robinson L. Rehabilitation after critical illness in people with COVID-19 infection. *Am J Phys Med Rehabil*. 2020;99(6):470-474. doi: 10.1097/PHM.0000000000001443.
 18. Nour TY, Altinta KH. Effect of the COVID-19 pandemic on obesity and its risk factors: a systematic review. *BMC Public Health*. 2023;23(1):1018. doi: 10.1186/s12889-023-15833-2.
 19. De Izaola LD, Primo D, Gómez E, Torres B, López Gómez JJ. Effect of lockdown for COVID-19 on self-reported body weight gain in a sample of obese patients. *Nutr Hosp*. 2020;37(6):1232-1237. doi: 10.20960/nh.03307.
 20. Khubchandani J, Price JH, et al. La mitad de los adultos aumentaron de peso el 1er año de la pandemia. *Portal de IntraMed* [Internet]. 2022 [citado 2026 may 21]. Disponible en: <https://www.intramed.net/content/la-mitad-de-los-adultos-aumentaron-de-peso-el-1er-ano-de-la-pandemia>
 21. Organización Mundial de la Salud. Malnutrition: Key facts [Internet]. Ginebra: OMS; 2020 [citado 2026 may 21]. Disponible en: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>
 22. Cuerda C, Muscaritoli M, Donini LM, Baqué JE, Barazzoni R, Bischoff SC, et al. Nutrition and long COVID-19: A systematic review of persistent inflammation, sarcopenia, and lean mass loss. *Clin Nutr*. 2023;42(8):1342-1351. doi: 10.1016/j.clnu.2023.06.012.
 23. Barazzoni R, Bischoff SC, Breda J, Wickramasinghe K, Krznaric Z, Nitzan D, et al. ESPEN expert statements and practical guidance for nutritional management of individuals with SARS-CoV-2 infection. *Clin Nutr*. 2020;39(6):1631-1638. doi: 10.1016/j.clnu.2020.03.022.
 24. Zuñiga González M. Impacto de la nutrición enteral en la mortalidad de pacientes hospitalizados con COVID-19. *Nutr Hosp*. 2024;41(3):736-737. doi: 10.20960/nh.05256.
 25. Ávila Roza FA, Pérez Cubaque JF, Otalora Rivera C, García Pineda LC, Checa Rubio ME, Medina-Parra J, et al. Riesgo nutricional y limitación funcional a un mes de egreso en pacientes con COVID-19 en un hospital de tercer nivel. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2024;28(3):202-210. doi: 10.14306/renhyd.28.3.2152.

Gráfico 1. Distribución porcentual del rango etario de la población participante



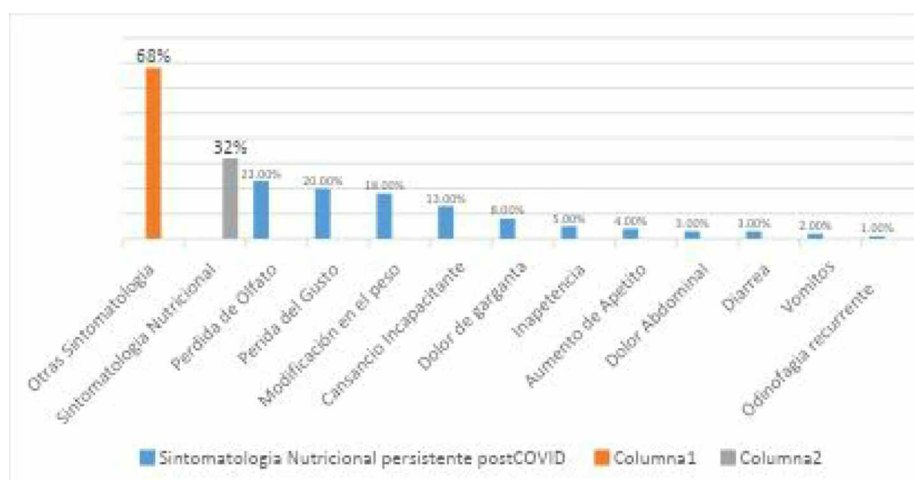
Fuente: Instrumento aplicado, período de relevamiento

Gráfico 2. Distribución porcentual de localidades consultadas de la provincia de Santa Cruz, Argentina



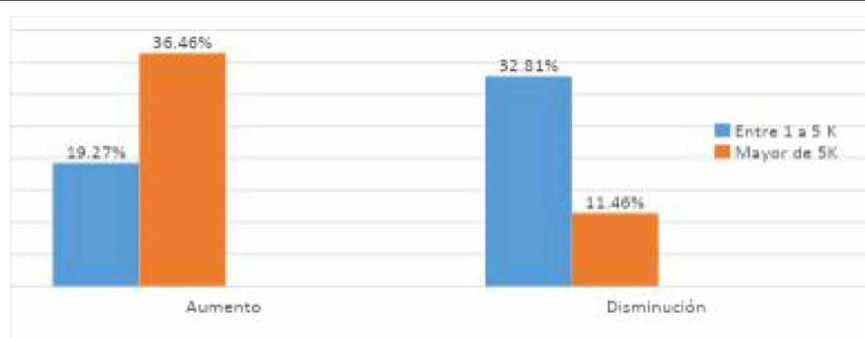
Fuente: Instrumento aplicado, período de relevamiento

Gráfico 3. Distribución porcentual de sintomatología nutricional en personas con Post-COVID en la provincia de Santa Cruz, Argentina



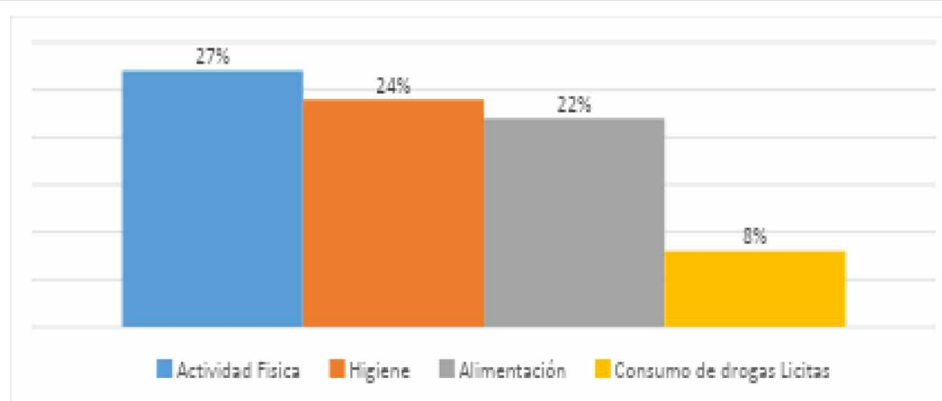
Fuente: Instrumento aplicado, período de relevamiento

Gráfico 4. Distribución porcentual en la modificación de peso de personas con Post-COVID en la provincia de Santa Cruz, Argentina



Fuente: Instrumento aplicado, período de relevamiento

Gráfico 5. Distribución porcentual en los cambios de estilo de vida de personas con Post-COVID en la provincia de Santa Cruz, Argentina



Fuente: Instrumento aplicado, período de relevamiento