

# FATIGA TRAS CURSAR CON COVID19?

## Subdirección de Medicina del Deporte

### SI CUENTA CON LO SIGUIENTE:

- 1 Haber padecido COVID19.
- 2 Ser mujer u hombre entre 30 y 60 años.
- 3 Tener al menos 7 días sin fiebre (temperatura mayor de 37.5°C).
- 4 No usar oxígeno suplementario.
- 5 Se cansa fácilmente en sus actividades cotidianas.

**ES CANDIDATO A INICIAR  
TRATAMIENTO CON EJERCICIO  
LO INVITAMOS, PODEMOS AYUDARLE!**

**Para mayor información:**  
55 59 99 10 00 ext. 15212,  
15224, 15302  
[ceniamed.inr@gmail.com](mailto:ceniamed.inr@gmail.com)



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

**Instituto Nacional  
de Rehabilitación**  
Luis Guillermo Ibarra Ibarra



[inr.gob.mx](http://inr.gob.mx)