

# LA DIABETES Y EL COVID-19: LO QUE NECESITA SABER



## ¿QUÉ ES EL COVID-19?



El COVID-19 es un virus que se propaga de persona a persona y causa enfermedades respiratorias con síntomas que pueden ser leves (o sin síntomas) hasta graves. Los síntomas comunes incluyen:



## PREGUNTAS COMUNES:

*¿Las personas con diabetes son más propensas a contraerse el COVID-19?*

Las personas con diabetes son más propensas a enfermarse gravemente por el COVID-19 que aquellas que no tienen diabetes.

*¿Debo ir al médico para visitas programadas regularmente?*

Es importante asistir a las citas médicas programadas regularmente. Muchas clínicas tienen maneras de hablar con su médico por teléfono o toman pasos para minimizar el contacto y mantenerlo seguro durante su visita.

**Robert Wood Johnson  
University Hospital  
Hamilton**

**RWJ Barnabas  
HEALTH**



## PREPARACIÓN

Compre alimentos no perecederos, agua y suministros. Si usted tiene diabetes, también puede prepararse por tener:

- ✓ Un suministro adecuado de medicamentos-mantener al menos de 90 días a la mano
  - Si no puede llegar a la farmacia, pregunte si ofrecen entrega a domicilio
- ✓ Suministros de pruebas del azúcar (metros, tiras, y lancetas de prueba)
- ✓ Carbohidratos de acción rápida (como jugo, dulces, tabletas de glucosa) en caso de que necesite tratar el azúcar bajo
- ✓ Glucagón
- ✓ Tiras de cetona



El CDC recomienda que las personas con diabetes sigan de cerca su plan de atención de la diabetes para controlar el azúcar



## PREVENCIÓN

- ✓ Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón durante al menos 20 segundos
- ✓ Evite tocarse la cara
- ✓ Desinfecte regularmente superficies y objetos que se tocan mucho
- ✓ Manténgase siempre a 6 pies de distancia de cualquier otra persona cuando esté fuera de su casa
- ✓ Minimice, y si es posible, evite ir a lugares llenos de gente - esto incluye tiendas, supermercados y farmacias
- ✓ **Use una mascarilla** para protegerse si tiene que salir de su casa para ir a lugares llenos de gente.

## ¿Y SI SE ENFERMA?

- ✓ **Llame a su médico**
- ✓ **Quédese en casa** y evite el contacto con otras personas
- ✓ **Mide su azúcar cada 2-3 horas**
- ✓ **Haga una prueba de cetonas** cada 4-6 horas si su azúcar es superior a 240 mg/dL más de 2 veces seguidas
  - Síntomas de cetoacidosis diabética (DKA) incluyen micción frecuente, niveles altos del azúcar, confusión, y náusea/vómitos
- ✓ **Siga tomando insulina y otros medicamentos para diabéticos**
- ✓ **Manténgase hidratado** con muchos líquidos
- ✓ **Trate los síntomas como lo haría normalmente**
  - Tenga en cuenta que algunos medicamentos sin receta tienen azúcar y los descongestionantes pueden subir el azúcar

## BUSQUE ATENCIÓN MÉDICA DE INMEDIATO SI TIENE:

- ✓ Dificultad de respirar
- ✓ Dolor o presión persistente en el pecho
- ✓ La cara o los labios azules
- ✓ Síntomas de DKA

## ¿PREGUNTAS?

Llame a Shesha Desai PharmD, RPh, BC-ADM en Educación para la Diabetes al (609) 249-7509

## PARA MÁS INFORMACIÓN

Visite el sitio web de la Asociación Americana de la Diabetes en:  
<https://www.diabetes.org/coronavirus-covid-19>