

# Diabetes y COVID-19

## ¿Qué es el COVID-19?

Coronavirus (COVID-19) Es un virus que causa enfermedad respiratoria. Se puede propagar de persona a persona.

**Síntomas comunes incluyen: Fiebre, Tos, Falta de Aire.**

## ¿Tener diabetes lo pone en más riesgo?

Las personas con diabetes, especialmente si no está controlada, pueden estar a un gran riesgo de desarrollar una enfermedad severa por el COVID-19. Si tiene otras condiciones, como enfermedad del Corazón, también como la diabetes, tiene más riesgo de enfermarse seriamente del COVID-19.

## Como protegerse y detener la propagación de la infección:

- Lávese las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos.
- Lávese las manos antes y después de revisar su nivel de azúcar en la sangre.
- Evite tocarse los ojos, nariz y la boca.
- Limpie y desinfecte con regularidad las superficies que se tocan con frecuencia.
- Quédese en casa lo más que le sea posible.
- Si necesita salir en público, mantenga una distancia de 6 pies de los demás.
- Use una mascarilla, cuando este cerca de otros o en lugares públicos.

## ¿Cuándo debería buscar atención médica inmediata?

### Al desarrollar síntomas de una infección viral grave:

- Dificultad para respirar
- Dolor persistente o presión en el pecho
- Labios o cara azulados

### Cuando experimenta síntomas de cetona altas/CAD:

- Vomito
- Dificultad para respirar
- Olor afrutado en el aliento
- Confusión

---

## Qué hacer si se enferma:

- Llame a nuestra oficina al (540) 433-4913 y háganos saber sus síntomas.
- Si usted usa insulina o le ha pedido su proveedor que se revise su nivel de azúcar en la sangre, revíselo con frecuencia (cada 2-3 horas). *Trate los niveles bajos de azúcar (menos de 70 mg/dl) con carbohidratos de acción rápida como caramelos (dulces) o 4 onzas de jugo de fruta. Vuelva a revisarse el azúcar en la sangre en 15 minutos para asegurarse de que haya aumentado.*
- No deje de usar insulina.
- Beba muchos líquidos y manténgase hidratado.
- Trate las enfermedades y síntomas subyacentes según las instrucciones de su equipo de atención médica. Algunos medicamentos para el resfriado sin receta médica pueden afectar los niveles de azúcar en la sangre. *Los jarabes que contienen azúcar y descongestionantes pueden aumentar el azúcar en la sangre. Busque pastillas que tengan los mismos ingredientes, estos son a menudo una mejor opción.*

## ¿Qué más puedo hacer para proteger mi salud?

Obteniendo la vacuna anual contra la gripe también puede protegerlo de enfermedades no deseadas. Al contraer la gripe y el COVID-19 (al mismo tiempo o incluso separados) podría ser perjudicial para la mayoría de las personas, pero especialmente para las personas de alto riesgo, como las que tienen diabetes.