

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>

DIABETES & COVID-19: WHAT YOU NEED TO KNOW



WHAT IS COVID-19?

COVID-19 is a virus that spreads from person to person and causes predominantly respiratory symptoms with symptoms ranging from mild (or no symptoms) to severe illness. Common symptoms include:



FAQS:

Are people with diabetes at higher risk of getting COVID-19?

People with diabetes, especially uncontrolled diabetes, may be at a higher risk of becoming seriously ill from COVID-19 than those without diabetes.

Should I still go to the doctor for regularly scheduled visits?

It is important to keep your regularly scheduled doctor's appointments. Many clinics have ways of talking to your doctor on the phone or have procedures in place to minimize contact and keep you safe during your office visit.

**Robert Wood Johnson
University Hospital
Hamilton**

**RWJBarnabas
HEALTH**



PREPARATION

Purchase non-perishable foods, water and supplies. If you have diabetes, you can also prepare by having:

- ✓ An adequate supply of medications- keep at least a 90-day supply on hand
 - If you can't get to the pharmacy, try mail-order or home delivery
- ✓ Blood sugar testing supplies (meter and test strips)
- ✓ Simple/fast acting carbohydrates (like juice, hard candy, glucose tablets) in case you need to treat low blood sugar
- ✓ Glucagon
- ✓ Ketone test strips



The CDC recommends people with diabetes closely follow their diabetes care plan to keep blood sugar under control



PREVENTION

- ✓ Wash your hands frequently with soap and water for at least 20 seconds
- ✓ Avoid touching your face
- ✓ Regularly disinfect "high touch" surfaces and objects
- ✓ Always stay 6 feet apart from any other person when outside of your home
- ✓ Minimize, and if possible, avoid going to places with large crowds- this includes stores, supermarkets, and pharmacies.
- ✓ **Wear a face mask** for protection if you must leave your home to go to crowded areas



WHAT IF YOU GET SICK?

- ✓ **Call your doctor**
- ✓ **Stay at home** and avoid contact with others
- ✓ **Closely monitor your blood sugar** (every 2-3 hours)
- ✓ **Test for ketones** every 4-6 hours if blood sugar is higher than 240 mg/dL more than 2 times in a row
 - Symptoms of diabetic ketoacidosis (DKA) include frequent urination, high blood sugar levels, confusion, and nausea/vomiting
- ✓ **Keep taking your insulin or other diabetic medications**
- ✓ **Stay hydrated** with lots of fluids
- ✓ **Treat symptoms** as you normally would
 - Keep in mind some over-the-counter medicines have sugar and decongestants can raise blood sugar

SEEK IMMEDIATE MEDICAL CARE IF YOU HAVE:

- ✓ Difficulty breathing
- ✓ Persistent pain or pressure in the chest
- ✓ Bluish lips or face
- ✓ Symptoms of DKA

QUESTIONS?

Contact Shesha Desai PharmD. RPh
BC-ADM in Diabetes Education at
(609) 249-7509

FOR MORE INFORMATION

Visit the American Diabetes
Association website at:
<https://www.diabetes.org/coronavirus-covid-19>