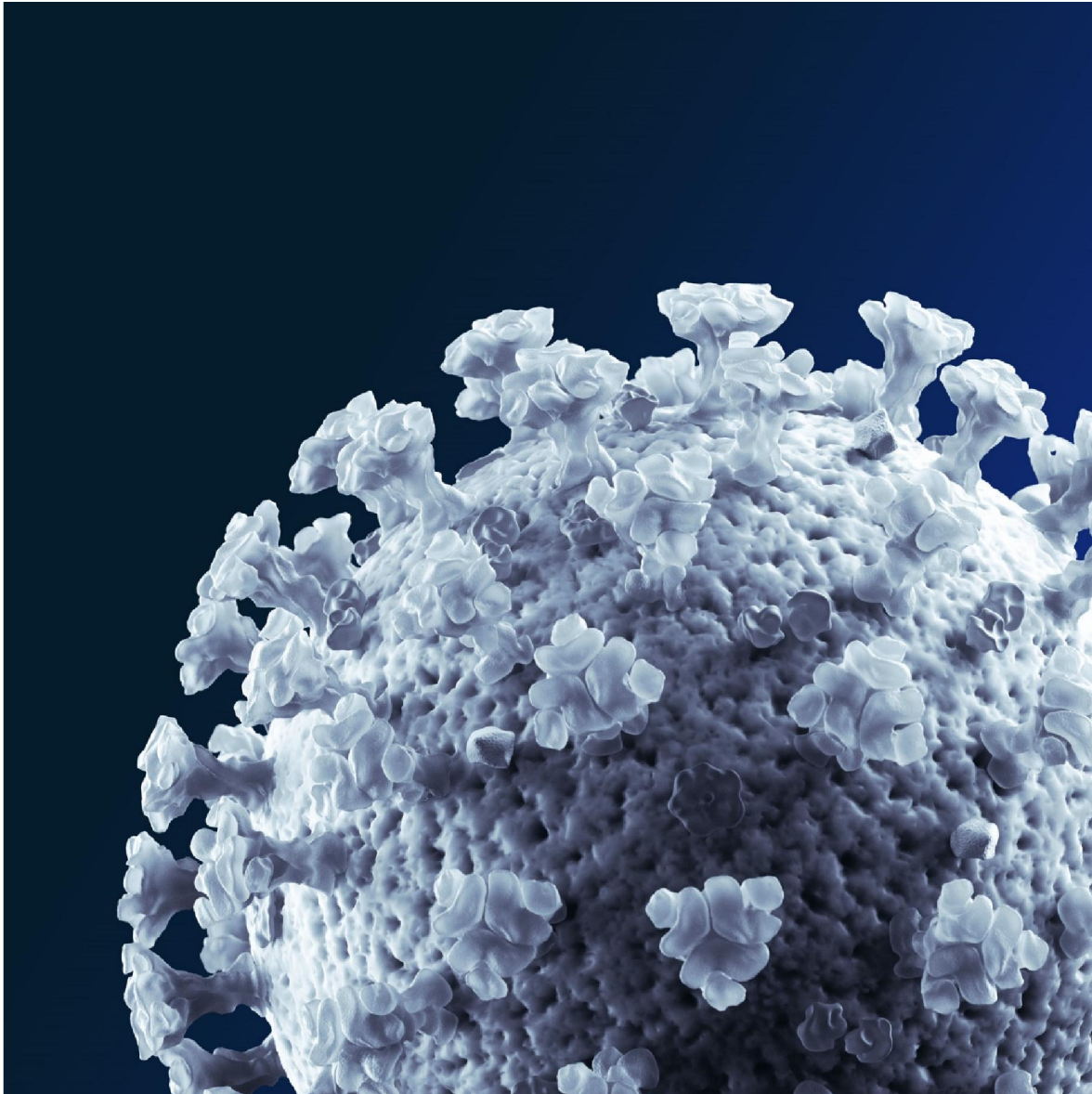


<https://diabeteschile.cl/recomendaciones-para-personas-con-diabetes-ante-el-coronavirus/>

RECOMENDACIONES PARA PERSONAS CON DIABETES ANTE EL CORONAVIRUS

Publicado el 15 de marzo de 2020



Te recordamos que ante cualquier duda sobre el virus COVID-19 o corona virus, preguntes directamente a tu equipo de salud y médico tratante, quienes tienen el deber de contestar todas tus consultas. Las personas con diabetes se encuentran en categoría de “riesgo alto” si contraen este virus, por eso la International Diabetes Federation (IDF) propone ciertos consejos adicionales para este grupo de pacientes.

¿CÓMO ACTUAR ANTE EL CORONAVIRUS SI TENGO DIABETES?

1. Es conveniente que las personas con diabetes planifiquen con anticipación que hacer si contraen el virus, por ejemplo:

1. Tener los números de teléfono de su equipo médico o Centro de Atención de Salud correspondiente.
2. Tener en casa la cantidad necesaria de suministros: medicamentos (especialmente insulina y los insumos necesarios para su administración: agujas, jeringas) y elementos para monitorización de glicemia con batería operante y con cintas suficientes (revise la fecha de vencimiento) , para que no tengan que salir de casa en caso de enfermedad.

3. Coordinar con su equipo tratante la oportunidad de atención por la enfermedad crónica, distanciando controles si esto es factible, para evitar el contacto con otras personas durante esta contingencia.
4. A los pacientes en terapia con infusión continua de insulina subcutánea (“bomba de insulina”) se les recomienda tener registrada la programación de su bomba respecto a dosis de insulina basal, ratio y sensibilidad en distintos segmentos horarios, ante la eventual necesidad de paso a terapia con múltiples dosis de insulina por falta o falla de insumos relacionados con la bomba.

2. CONTAR CON LAS INMUNIZACIONES AL DÍA, INCLUYENDO LA VACUNA CONTRA LA INFLUENZA.

Conoce más sobre la campaña del influenza haciendo click aquí <https://diabeteschile.cl/campana-influenza-2020/>

3. SEGUIR LAS RECOMENDACIONES ESTÁNDAR PARA EVITAR EL CONTAGIO:

- a. Evitar contacto con otras personas enfermas.
- b. Lavado de manos frecuente con jabón y agua por al menos 20 segundos, especialmente tras limpiarse la nariz, toser, estornudar o estar en lugar público. Si jabón y agua no están disponibles, usar sanitizante de manos que contenga al menos 60% alcohol.
- c. Evitar tocarse la cara, nariz, ojos, otros.
- d. Limpiar y desinfectar el hogar para remover gérmenes.
- e. Evitar las multitudes, especialmente en espacios mal ventilados.
- f. Evitar todos los viajes no esenciales, incluidos los viajes en avión.

4. SI SE CONTAGIAN CON EL VIRUS:

- a. Es esperable que puedan presentar un deterioro del control durante los días de enfermedad.
- b. Deben contactar inmediatamente con su equipo de salud para saber la frecuencia con que deben controlar la glucosa en sangre o mirar la monitorización continua de glucosa.
- c. Deben saber que ajustes son necesarios en su dieta y en su medicación, o cómo recibir orientación para realizar estos ajustes.

NORMAS DE CÓMO ACTUAR ANTE LA ENFERMEDAD POR CORONAVIRUS SI TENGO DIABETES

- Mantenerse hidratados
- Monitorizar la glucosa en sangre
- Si está en tratamiento con insulina, monitorizar los cuerpos cetónicos si presenta glicemias elevadas.
- Monitorizar la temperatura
- Contactarse con el equipo de salud en caso de presentar síntomas respiratorios para recibir instrucciones.
- Seguir las recomendaciones de las autoridades sanitarias y de su equipo de salud.

REFERENCIAS:

<https://www.idf.org/our-network/regions-members/europe/europe-news/196-information-on-corona-virus-disease-2019-covid-19-outbreak-and-guidance-for-people-with-diabetes.html>

IDFE-Sick-day management en www.idf-europe.org