

CORONAVIRUS E DIABETES

Se tem diabetes, ou é familiar de uma pessoa com diabetes, e está preocupado com o Coronavírus (também conhecido por COVID-19), elaborámos um guia resumo para tirar as suas dúvidas.

A Organização Mundial da Saúde declarou o surto do novo coronavírus de emergência de saúde pública de interesse internacional a 30 de janeiro de 2020. Em resposta, a Direção-Geral da Saúde (DGS) considerou o risco para a saúde pública em Portugal moderado a elevado.

É importante lembrar que em Portugal, a esta data, ainda há poucos casos confirmados de infeção, não existindo, pois, disseminação na comunidade. No entanto, os relatórios oficiais sugerem que o coronavírus pode causar sintomas e complicações mais graves em pessoas com diabetes, bem como em pessoas idosas, e em pessoas com outras condições crónicas, nomeadamente doença cardiovascular, respiratória e cancro.

COMO É QUE NOS PREVENIMOS DAS DOENÇAS INFECCIOSAS?

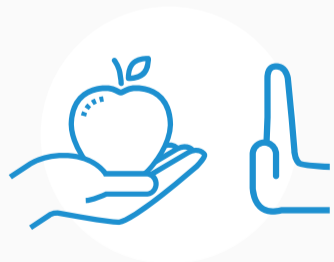


Quando espirrar ou tossir, tape o nariz e a boca com lenço de papel ou com o interior do seu cotovelo.

Deite o lenço no lixo.



Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use solução à base de álcool, principalmente antes de comer e depois de estar em público.



Não partilhe comida, utensílios, copos e toalhas.



Evite o contacto próximo com pessoas com infeção respiratória. Se vir alguém que está visivelmente doente, a tossir ou a espirrar, mantenha a sua distância.

Que impacto é que o coronavírus pode ter nas pessoas com diabetes?

Os sintomas do coronavírus são semelhantes ao da gripe. Incluem febre, tosse, falta de ar e cansaço. Assim, o impacto do coronavírus numa pessoa com diabetes é, também, igual ao da gripe, isto é, afeta a compensação da diabetes, necessitando de uma maior vigilância e controlo.

AS MEDIDAS DOS DIAS DE DOENÇA RECOMENDADAS PARA PESSOAS COM DIABETES SERÃO IGUAIS OU REFORÇADAS.

- Mantenha-se hidratado.
- Controle a sua glicemia.
- Controle a sua temperatura.
- Se tem diabetes tipo 1, controle os corpos cetónicos.
- Siga as recomendações da sua equipa de saúde.

Que medicação ter em casa?

Como em qualquer situação, é aconselhável ter em casa medicação para a diabetes em quantidade suficiente para um mês, assim como material de auto-vigilância da diabetes e toda a medicação que toma habitualmente para outras condições. É ainda conveniente ter medicação para a febre, como paracetamol e ibuprofeno.

Tem diabetes e vai viajar?

Se tem diabetes e vai viajar, siga as medidas de higiene e de proteção respiratória para viajantes, disponíveis para consulta no website da DGS:

<https://www.dgs.pt/pagina-de-entrada3/corona-virus/estarei-doente1.aspx>

Onde procurar informação?

Mantenha-se informado, consultando as atualizações publicadas por organismos oficiais como a DGS (www.dgs.pt) e a Organização Mundial da Saúde

<https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

Para qualquer emergência contactar a Saúde 24:

808 24 24 24

Comunicado da Associação Protectora dos Diabéticos de Portugal

