

SEEN



Sociedad Española de  
Endocrinología y Nutrición



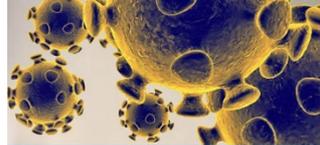
# ¿Qué necesita saber del COVID-19, si es una persona con diabetes?

Recomendaciones coronavirus (COVID-19) y personas con diabetes

Estas acciones ayudarán a las personas con diabetes a prepararse y ayudar a prevenir la propagación de **COVID-19**, así como a cuidarse en el supuesto de que se viesen afectadas, e incluyen:

## PERSONAS ASINTOMÁTICAS

1. **Continúe** tomando sus **medicamentos** recetados
2. Siempre que sea posible, **disponga de la medicación adecuada al menos para 14 días**, para el supuesto de necesitar un aislamiento - cuarentena
3. **Lávese las manos con agua y jabón regularmente**, especialmente al entrar en casa, antes de comer o beber y después de usar el baño y sonarse la nariz, toser o estornudar
4. Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante a base de alcohol con al menos 60% de alcohol.
5. Cúbrase la nariz y la boca al **toser o estornudar** con un pañuelo desechable o un **codo flexionado**, luego tire el pañuelo a la basura
6. **Evite tocarse los ojos, la boca o la nariz** cuando sea posible
7. Siga las indicaciones de la Administración y de los profesionales sanitarios en cuanto a la necesidad de permanecer en su domicilio
8. Limpie y desinfecte cualquier objeto y superficie que se toque con frecuencia
9. No comparta alimentos, vasos, toallas, pañuelos, etc
10. **Trate de evitar el contacto con cualquier persona que presente síntomas de enfermedades respiratorias**, como tos o fiebre
11. **La actividad física en su domicilio es fundamental**, al menos 3 horas a la semana. Recuerde combinar ejercicios tipo aeróbico (caminar, bicicleta estática), con ejercicio de fuerza (pesas, goma elástica, empujar contra resistencia)

**SEEN**Sociedad Española de  
Endocrinología y Nutrición

## ¿Qué necesita saber del COVID-19, si es una persona con diabetes?

Recomendaciones coronavirus (COVID-19) y personas con diabetes

### PRESENCIA DE SÍNTOMAS

Si presenta síntomas como fiebre, tos, dificultad para respirar o sibilancias (pitos), especialmente si cree que puede haber estado expuesto a COVID-19, llame a los teléfonos habilitados y contacte con un profesional de la salud. Indique al profesional el tratamiento completo que está recibiendo, para que le puedan aconsejar si precisa algún cambio en la medicación.

Explique cualquier síntoma, viaje reciente o posible exposición al COVID-19. El profesional de la salud le informará si necesita desplazarse o realizarse la prueba de COVID-19.

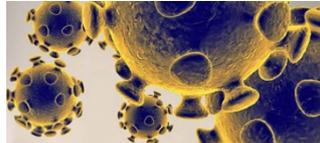
**¿Si no consigue contactar telefónicamente con los teléfonos habilitados, cuándo desplazarse a un centro sanitario – centro de atención primaria?**

- **Dificultad respiratoria o sibilancias** (pitos)
- **Si vomitan repetidamente** (no pueden contener ningún alimento o bebida durante más de seis horas), ya que pueden deshidratarse rápidamente
- Si su glucosa en sangre se mantiene alta por más de 24 horas ( $>250$  mg/dl)
- **En caso de diabetes tipo 1**, si desarrollan **síntomas que podrían ser indicativos de una cetoacidosis diabética** en desarrollo (glucemia elevada, junto náuseas, vómitos, dolor abdominal), **o presenta cuerpos cetónicos (cetonemia capilar  $\geq 1.5$  o cetonuria**, siempre que se le haya indicado su medición en determinados supuestos, por su tratamiento habitual). Recuerde que, además, debe administrarse insulina rápida (un 20% adicional a su factor de corrección habitual) en su domicilio

**Si permanece en su domicilio con tratamiento sintomático, recuerde:**

Si una persona con diabetes enferma, se deben seguir los siguientes pasos, incluso si los niveles de azúcar en la sangre están dentro del rango objetivo:

- Tome los medicamentos para la diabetes como de costumbre, salvo que esté tomando un "glucosúrico o gliflozina", que debería suspenderse mientras se mantenga el cuadro infeccioso agudo. El tratamiento con insulina nunca debe suspenderse, pero al igual que si está tomando sulfonilureas, si reduce la ingesta de alimentos por inapetencia, puede ser necesario reducir la dosis de estos fármacos (insulina, sulfonilureas), para reducir el riesgo de hipoglucemias
- Si su tratamiento incluye autocontroles de glucemia capilar, **analice la glucosa en sangre al menos antes de desayuno, comida, cena y al acostarse** y realice un seguimiento de los resultados

**SEEN**Sociedad Española de  
Endocrinología y Nutrición

## ¿Qué necesita saber del COVID-19, si es una persona con diabetes?

Recomendaciones coronavirus (COVID-19) y personas con diabetes

- **Beba líquido extra** (sin calorías)\* e intente comer de manera normal
- **Controle la temperatura** todas las mañanas y noches. Emplee antitérmicos del tipo paracetamol, si presenta fiebre

\* Beba muchos líquidos: 120 a 180 ml cada media hora para prevenir la deshidratación. También podría ser necesario tomar bebidas azucaradas si no es posible ingerir 50 gramos de carbohidratos a través de los alimentos. Sin embargo, la cantidad de bebidas azucaradas debe controlarse cuidadosamente para evitar que los niveles de azúcar en la sangre aumenten demasiado.

### Pautas específicas para personas con diabetes tipo 1

- **El tratamiento con insulina nunca debe suspenderse**
- Es **posible que sea necesario aumentar la dosis de insulina** y puede ser necesario administrarse dosis adicionales de insulina de acción rápida para bajar los niveles de azúcar en la sangre
- Los **niveles de glucosa en sangre** deben **controlarse al menos cada cuatro horas**, mediante control de glucemia capilar, monitorización tipo Flash o monitorización continua de glucosa en tiempo real
- Los niveles ideales de **azúcar en la sangre** deben estar **entre 110-180 mg / dl**
- Ante un aumento de la glucemia mantenido, o mal estado general, se aconseja la **determinación de cuerpos cetónicos** (preferible cetonemia capilar, si está disponible). Ante niveles de glucemia elevados junto a cuerpos cetónicos en sangre u orina elevados, deberá consultar con su médico

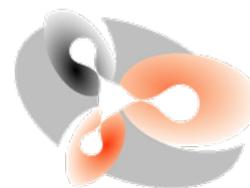
#### Autores:

Moreno-Pérez O., Reyes-García R., Tejera C., Bellido V., Escalada J., Jodar E., Gargallo M., López de la Torre M.

#### Adaptado de:

Posicionamiento de AACE (*American Association of Clinical Endocrinologists*): coronavirus (COVID-19) y personas con diabetes.

SICK DAY RULES. International Diabetes Federation, IDF, Europe.

**SEEN**Sociedad Española de  
Endocrinología y Nutrición