

¿AHORA QUÉ sobre COVID-19?

La diabetes es una de esas "condiciones de salud subyacentes" que aumentan las posibilidades de complicaciones y muerte por COVID-19. Sin embargo, con el plan de acción correcto, puede reducir en gran medida su riesgo.

HECHOS PRIMERO

Según los expertos, vacunarse y ser consciente de su salud es la mejor defensa contra el virus.

Vacúnese

Anime a otros en su círculo a vacunarse

Mantenga sus estrategias de cuidado personal para mantenerse saludable

ACTUAR SOBRE LOS HECHOS

La mejor forma de protegerse contra COVID-19 es vacunándose.

¿QUÉ HACER? ¡Aprenda sobre la efectividad y seguridad de las vacunas, encuentre un lugar conveniente y arremangue su manga!

Anime a sus familiares y amigos a vacunarse.

¿QUÉ HACER? Hable con sus seres queridos sobre el mayor riesgo de contraer una enfermedad grave por COVID-19. Hágales saber a sus seres queridos que para estar cerca de ellos de manera segura, especialmente sin una máscara, deben vacunarse.

Mantenga estrategias de autocuidado para mantenerse saludable.

¿QUÉ HACER? Coma bien, participe en actividades físicas regulares, tome los medicamentos según lo prescrito, controle los niveles de azúcar en la sangre y asista a todas las citas médicas programadas.



¿Dónde planeas vacunarte?



¿A quién debe preguntar para vacunarse?

¡NO ESTAS SOLO!



diabetes ALLIANCE

Para obtener más información sobre sugerencias en prácticas sobre cómo controlar su diabetes, visite:

[EPDIABETES.ORG/NOW-WHAT/](https://epdiabetes.org/now-what/)