This page was exported from - Report3
Export date: Tue May 7 2:10:34 2024 / +0000 GMT

Recomienda salud a pacientes con hipertensión y diabetes mantener medidas preventivas ante covid-19

Debido a que los pacientes con hipertensión y diabetes forman parte del grupo de riesgo ante el COVID-19, la Secretaría de Salud mexiquense recomienda mantener medidas preventivas y de higiene, una alimentación balanceada y controlar los niveles de glucosa.

La dependencia detalla que también es necesario medir con frecuencia el nivel de presión arterial, reducir el consumo de cafeína y bebidas azucaradas, controlar el estrés e incorporar una dieta basada en frutas y verduras, cereales, fibra y granos enteros.

El Secretario de Salud, Gabriel O´Shea Cuevas, refirió que estas personas deben fortalecer los cuidados diarios ante la pandemia de COVID-19, como el correcto lavado de manos, mantenerse en casa y tener sana distancia, toser o estornudar en el antebrazo, así como evitar la sobreinformación de este tema.

Refirió que en caso de presentar fiebre, dolor de garganta, dolor de cabeza y malestar general está a su disposición la línea 800 900 3200 para atender dudas y brindar asesoría a quien lo requiera.

Las personas con estas enfermedades, además deben mantener sus tratamientos, procurar la convivencia social a través de teléfono, tabletas o computadoras y recibir auxilio para realizar compras y acceder a medicamentos.

Se reitera que en esta temporada de aislamiento deben reducir el consumo de alimentos con harinas y carnes rojas, realizar activación física en casa al menos 30 minutos, evitar tocarse la cara, limpiar y desinfectar objetos y superficies, no compartir alimentos, vasos y artículos personales.