

# COVID-19

## Mensajes para personas que presentan enfermedades crónicas



Si tiene una enfermedad crónica -como hipertensión, diabetes, cáncer, afecciones cardíacas y enfermedades respiratorias crónicas-, continúe tomando sus medicamentos y siga los consejos del personal de salud, manteniendo contacto en forma remota de ser posible.



Asegure un suministro de medicamentos de al menos un mes o más, si es posible. Pida ayuda a familiares o amigos para procurárselos si lo requiere.



Si fuma, considere dejar de hacerlo, pida ayuda al equipo de salud.



Realice diariamente actividad física pautada en su hogar y mantenga una alimentación saludable, evitando consumir productos ultraprocesados e incorporando alimentos variados, incluidas frutas y verduras.



Mantenga un estilo de vida saludable y cumpla en forma óptima el tratamiento de su enfermedad crónica. Hará que esté en mejores condiciones para afrontar esta pandemia.



Si presenta dolor en el pecho, falta de aire, presión arterial muy alta, o cualquier situación de potencial gravedad que pueda estar relacionada o no con su enfermedad crónica, no deje de llamar al servicio de emergencia. No tenga temor de recibir los cuidados que necesita por parte del personal de salud.



Si tiene una enfermedad crónica, es muy importante que se vacune contra la gripe y el neumococo.