

COVID Y ENFERMEDAD RENAL

- 1.** Los pacientes en diálisis tienen un mayor riesgo de desarrollar complicaciones por el COVID-19. Adoptar todas las medidas de prevención es muy importante para reducir las posibilidades de contagio y evitar el virus.
- 2.** Si tiene síntomas de COVID, contacta con el personal asistencial para que te informen sobre los pasos a seguir.
- 3.** Si necesita asistencia urgente, póngase en contacto con el 112, con su centro de salud o con el teléfono de información de su CC.AA. y siga sus recomendaciones.
- 4.** Ten en cuenta las medidas de prevención recomendadas: lávate las manos, mantén la distancia de seguridad y usa siempre mascarilla.
- 5.** Los pacientes de diálisis están expuestos a un mayor riesgo de infección por COVID-19 debido a que se desplazan en transporte sanitario. Utilice, en caso de que sea posible, el transporte individual.
- 6.** **NUTRICIÓN.** Cuida la dieta y vigila con especial atención la ingesta de líquidos, potasio y fósforo. Sigue estrictamente las recomendaciones que le proporcione su médico o nutricionista.
- 7.** **EJERCICIO.** Hacer ejercicio habitualmente tiene efectos físicos positivos y anima a llevar un estilo de vida más saludable.
- 8.** **SALUD EMOCIONAL.** Es fundamental cuidar nuestra salud emocional y poder expresar los sentimientos para facilitar su manejo.
- 9.** **DESCONFINAMIENTO.** En el periodo de desconfinamiento es importante continuar practicando la prevención, seguir las recomendaciones médicas y ser responsables a nivel social.
- 10.** **JÓVENES CON ENFERMEDAD RENAL.** Los jóvenes no están exentos de padecer la enfermedad. Deben seguir de forma severa las medidas de prevención para proteger a las personas más frágiles y también a ellos mismos.

