

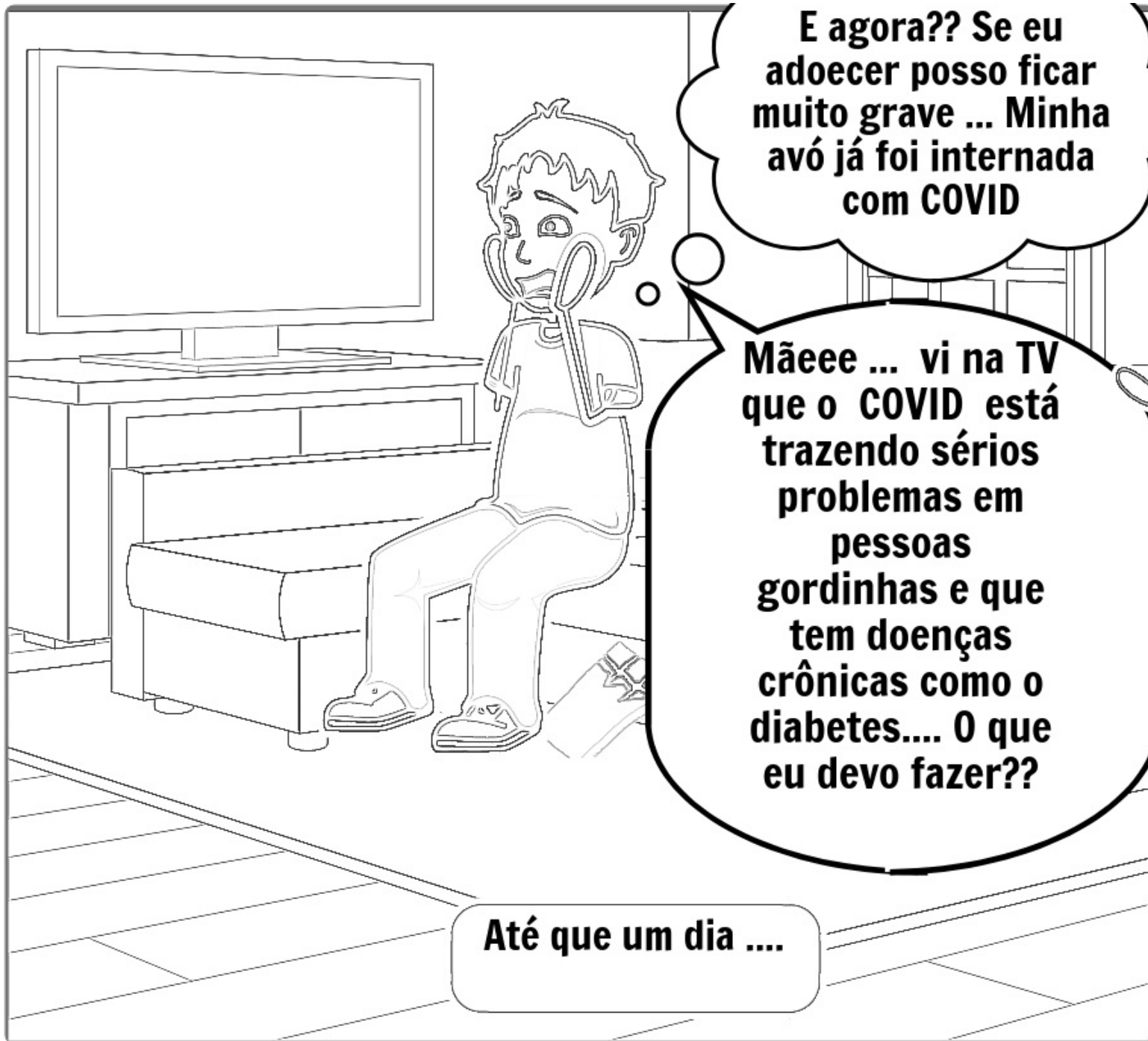
COVID-19 E DIABETES MELLITUS

Olá, me chamo Júnior e vou contar um pouco da minha rotina durante o isolamento social por conta do COVID-19

Júnior tem 10 anos e convive com o diabetes mellitus desde os cinco anos de idade, além disso, está acima de seu peso



Júnior gostava de assistir filmes o dia todo e comer pipoca, beber refrigerantes, adorava bolos, chocolates e tudo que tinha muito açúcar



**E agora?? Se eu
adoecer posso ficar
muito grave ... Minha
avó já foi internada
com COVID**

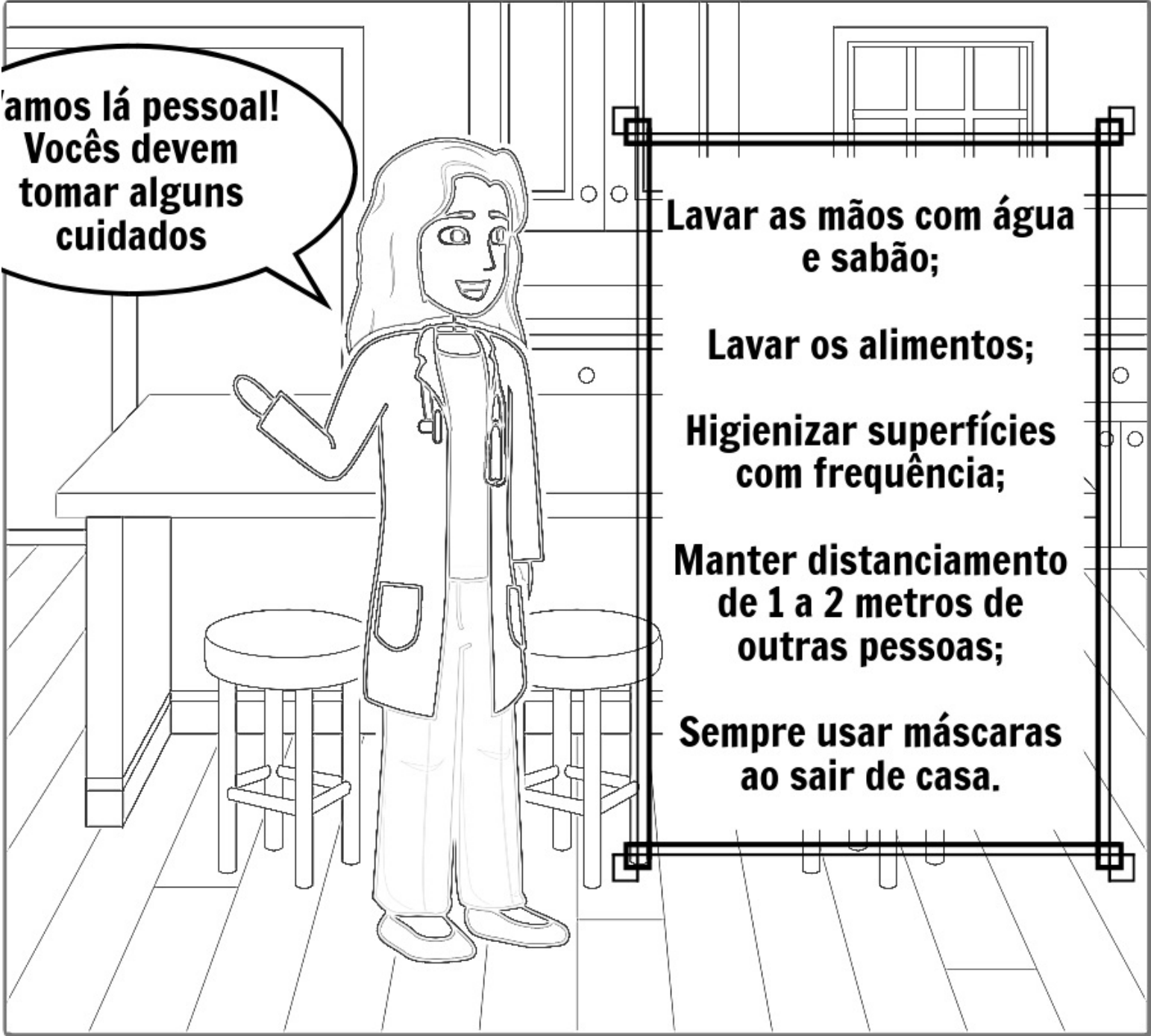
**Mãeee ... vi na TV
que o COVID está
trazendo sérios
problemas em
pessoas
gordinhas e que
tem doenças
crônicas como o
diabetes.... O que
eu devo fazer??**

Até que um dia



**Quantas vezes falei
para você melhorar
sua alimentação??**

**Vamos pedir para sua
tia nos ensinar todos
os passos para
prevenção do COVID**



**Vamos lá pessoal!
Vocês devem
tomar alguns
cuidados**

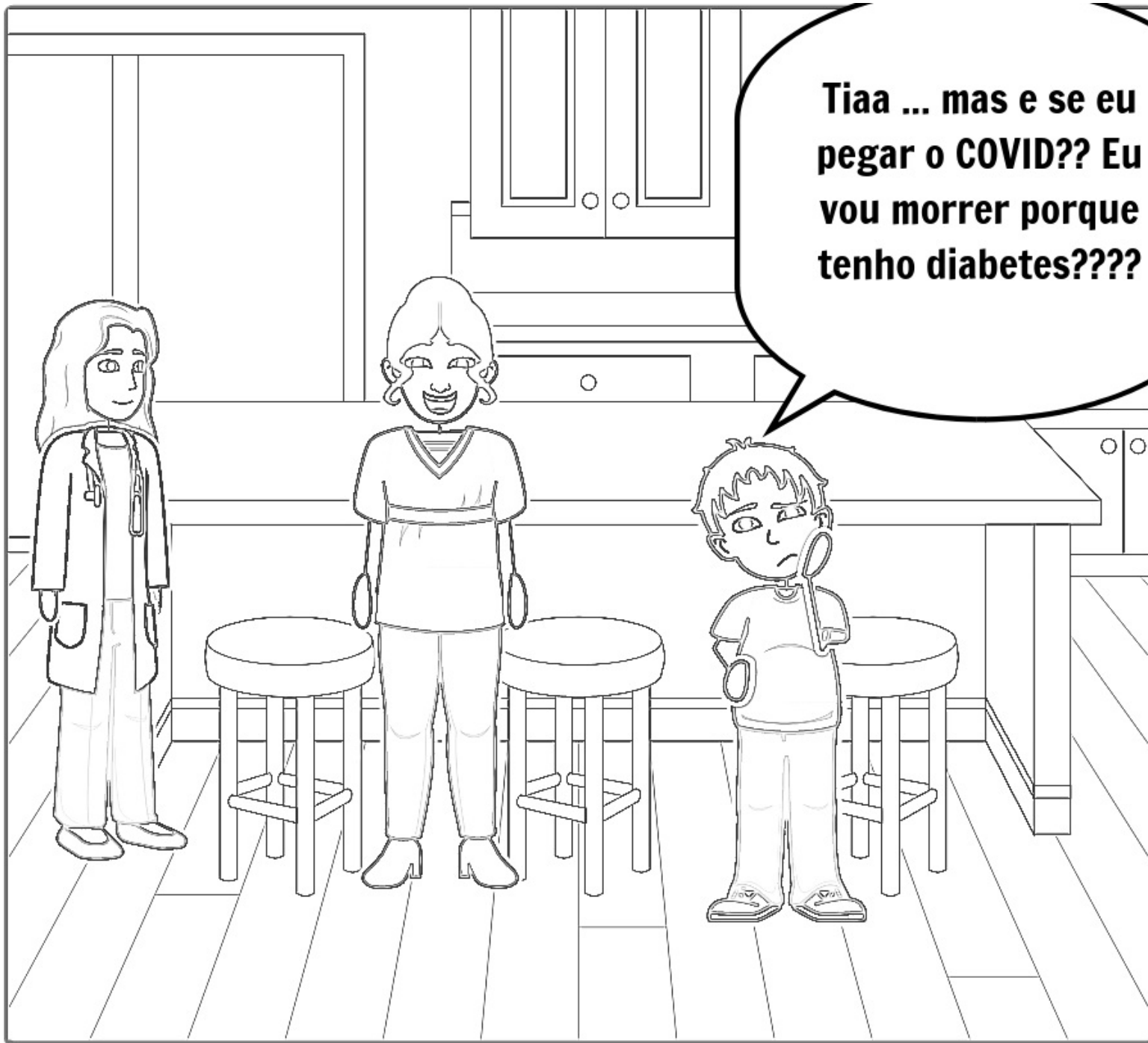
**Lavar as mãos com água
e sabão;**

Lavar os alimentos;

**Higienizar superfícies
com frequência;**

**Manter distanciamento
de 1 a 2 metros de
outras pessoas;**

**Sempre usar máscaras
ao sair de casa.**



**Tiaa ... mas e se eu
pegar o COVID?? Eu
vou morrer porque
tenho diabetes????**


**Precisa comer
verduras e frutas**

**Calma Júnior ... você
precisa se alimentar
bem para melhorar
sua imunidade.
Também pode fazer
exercício físico dentro
de casa**



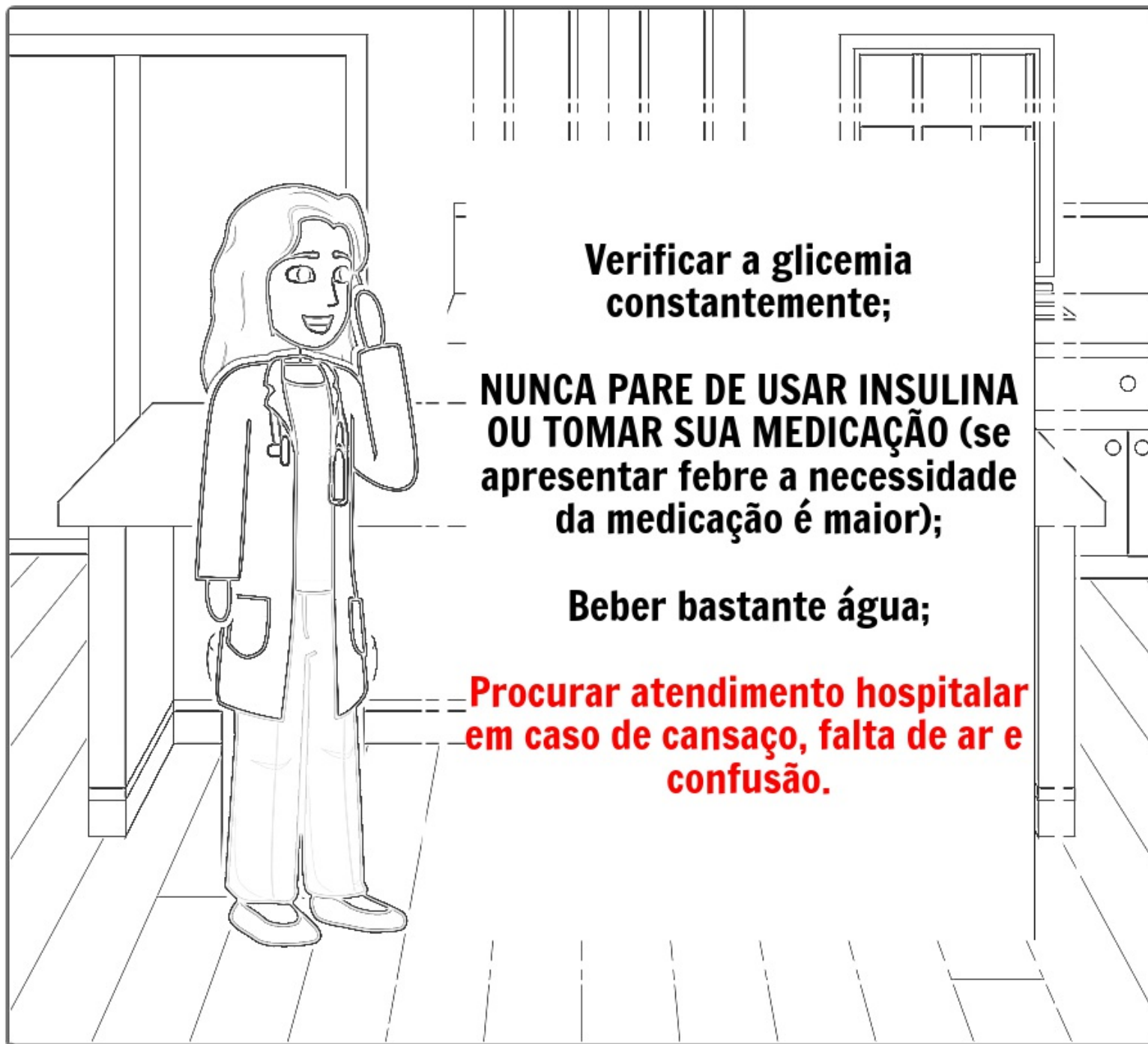
**Está ouvindo filho??
Aqui em casa não
entra mais pizza e
nem chocolate!!!!!!**





**Caso você se contamine
com o COVID, precisarão
tomar alguns cuidados**

**Me explica por favor ...
vou ensinar todos os
meus colegas que
também tem diabetes**



**Verificar a glicemia
constantemente;**

**NUNCA PARE DE USAR INSULINA
OU TOMAR SUA MEDICAÇÃO (se
apresentar febre a necessidade
da medicação é maior);**

Beber bastante água;

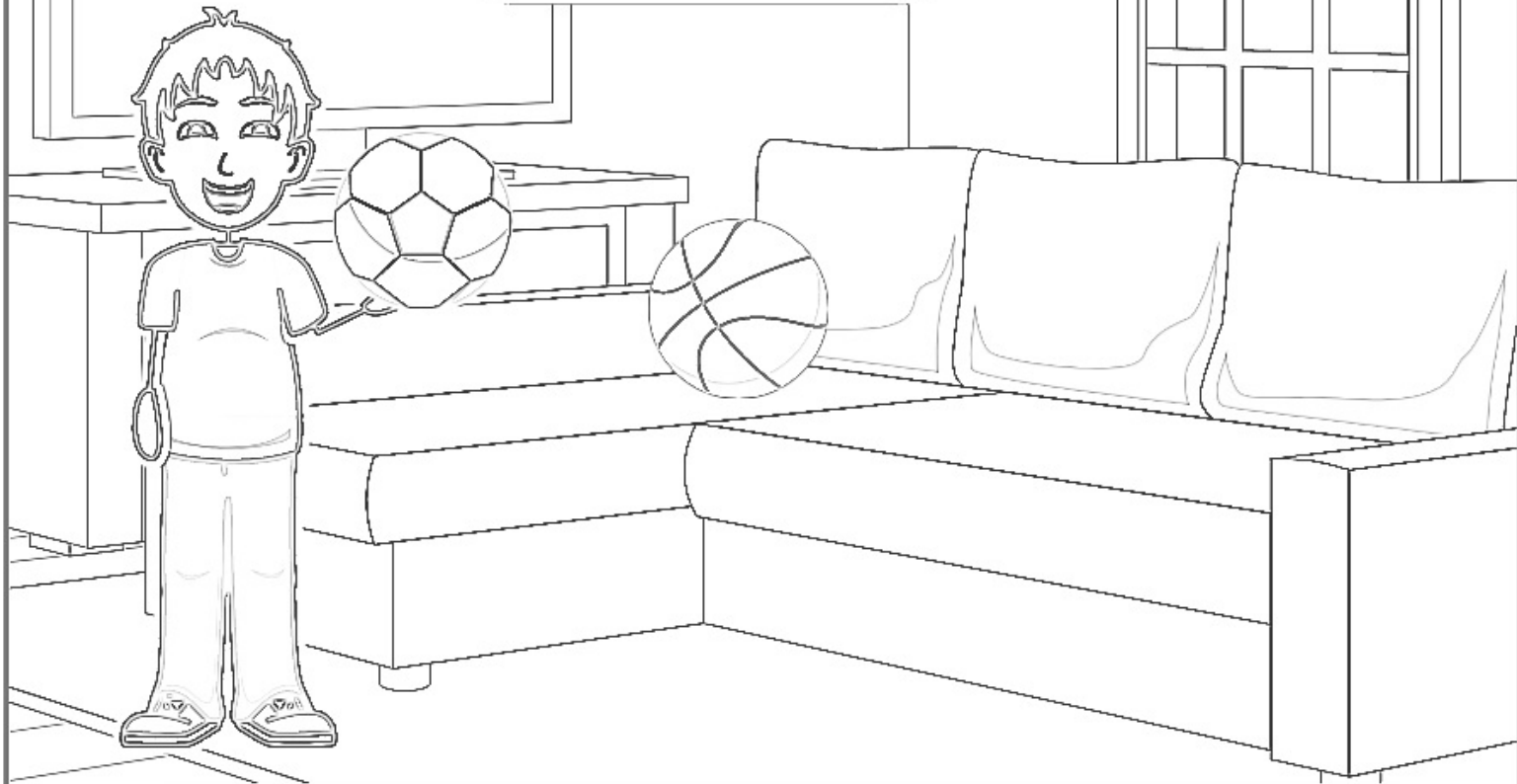
**Procurar atendimento hospitalar
em caso de cansaço, falta de ar e
confusão.**



**Agora eu já sei
como me cuidar !!
Muito obrigado**

**Vamos começar a
mudar esses
hábitos e
melhorar a saúde**

Dias depois ...



Júnior continua assistindo TV, mas está brincando e praticando exercícios em casa, além de ajudar sua mãe a lavar frutas e verduras



Em breve Júnior e sua família poderão voltar a se reunir com seus amigos e a realizar suas atividades diárias.



Autores

Paula Vitória Costa Gontijo

Victor Manuel Tegoma Ruiz



**Programa de Pós-graduação
em Enfermagem da
Universidade Federal do Ceará**

**Disciplina Enfermagem e as
bases teóricas da promoção de
saúde.**

Professoras

MÔNICA OLIVEIRA BATISTA ORIÁ

MARIANA CAVALCANTE MARTINS

**RÉGIA CHRISTINA MOURA
BARBOSA CASTRO**