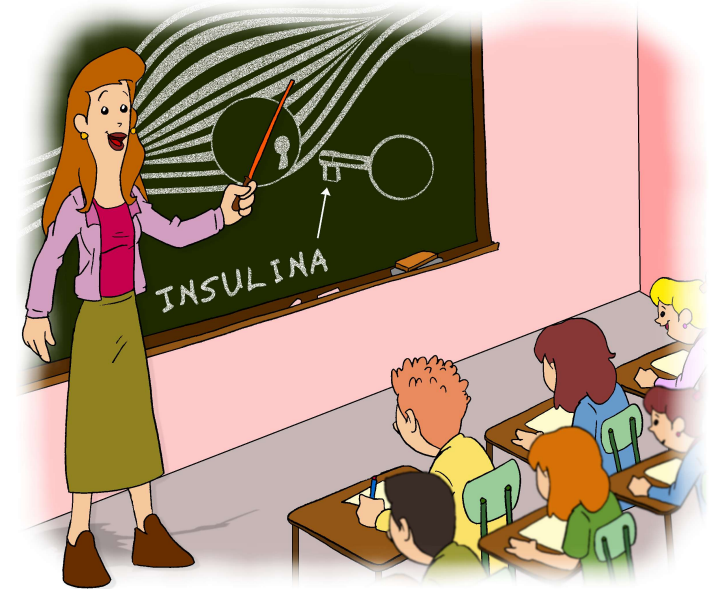


# Información para profesores / cuidadores de un niño con Diabetes



## Plan Integral de Diabetes de Andalucía



## Plan Integral de Diabetes de Andalucía

Nombre del niño:.....

Curso: ..... Colegio : .....

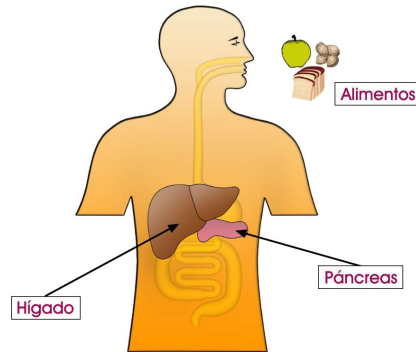


CONSEJERÍA DE SALUD

## Información general :

La Diabetes no es contagiosa. Es causada porque el páncreas no produce una hormona: la insulina. Por ello, el azúcar no puede ser usada con normalidad por el organismo y aumenta en la sangre. El cuidado de un niño con Diabetes no es difícil, pero requiere un poco de conocimiento previo sobre el tema.

Lo prioritario es que el niño lleve una vida normal, como el resto de sus compañeros, participando en todas las actividades escolares, incluidas las deportivas. Se le tiene tratar como al resto de los niños y no se le debe apartar de nada, procurando en todo momento su integración con el resto de los compañeros.



- Hablar previamente con los padres para conocer la situación metabólica del niño y sus habilidades.
- Procurar respetar el horario de comidas.
- Llevar alimentos dulces (azúcar, zumo, leche o yogur).
- Facilitar el cumplimiento del tratamiento insulínico, sobre todo en niños pequeños.
- Llevar a mano el teléfono de los padres.

## Profesores sustitutos:

Una copia de esta hoja de información debe proporcionarse a la persona que por cualquier motivo sustituya al profesor o se quede encargada del cuidado del niño.

Nombre del padre : .....

Nombre de la madre : .....

Dirección : .....

Teléfono del domicilio : .....

Teléfono del trabajo padre : .....madre:.....

Persona alternativa para avisar en caso de emergencia :  
.....

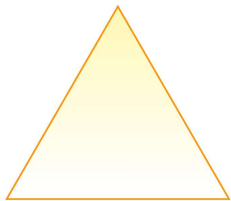
Teléfono:.....

Teléfono de emergencia : 061

Nombre del pediatra / médico de familia : .....

Teléfono:.....

### Alimentación



Ejercicio Insulina

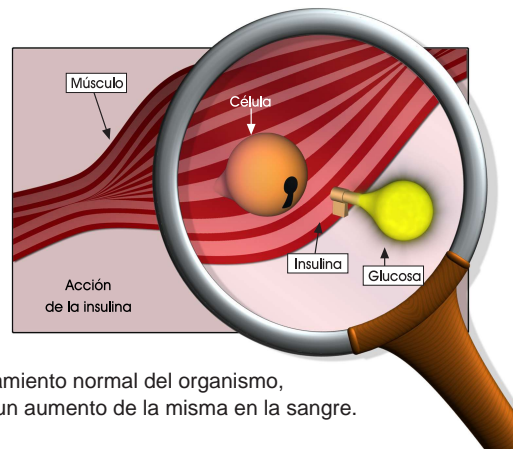
El tratamiento consiste en inyectar la insulina que les hace falta, junto con el manejo cuidadoso de la dieta y el ejercicio.

El adecuado control de la diabetes depende del equilibrio de estos tres factores.

Nuestro cuerpo necesita obtener energía de los alimentos para su normal funcionamiento. Esta energía se obtiene en gran medida de los hidratos de carbono que se fraccionan en elementos más sencillos como la glucosa.

La glucosa, tras la digestión, llega por la sangre al resto del organismo, fundamentalmente a los músculos. Sin embargo, los músculos necesitan de una sustancia: la **INSULINA**, que a manera de llave permite la entrada de la glucosa en las células.

Cuando se produce una alteración en el funcionamiento normal del organismo, la glucosa no puede ser utilizada y se produce un aumento de la misma en la sangre.



Se debe evitar el ejercicio siempre de que se conozca que la glucemia está muy alta (cifras de glucosa en sangre por encima de 300 mg/dl) o presente acetona en orina.

### Autoanálisis :

En ocasiones el niño tienen que analizar sus cifras de azúcar en sangre antes de las comidas. Para ello lleva el equipo adecuado (agujas para pincharse en los dedos, tiras reactivas y aparatos para la lectura de la tira). Puede precisar alguna ayuda o supervisión.

### Fiestas en la clase :

Si en la clase se está preparando alguna comida con motivo de una fiesta o celebración, el niño debe participar. Por favor, avisar a los padres para que puedan comunicar si toman lo mismo que los compañeros o proporcionen alguna comida alternativa. Ejemplos de comidas para situaciones extraordinarias pueden ser: frutas, refrescos sin azúcar (Coca Cola light, TAB o similares, etc...), caramelos y chicles sin azúcar.

### Excursiones y otras salidas :

Se debe procurar que asista a todas las actividades que se organicen para su clase, aunque deberán tomarse algunas precauciones, como :



### Hipoglucemias :

Consiste en niveles de azúcar demasiado bajos en la sangre (cifras por debajo de 60 mg/dl de glucosa en sangre). Es la única emergencia que puede ocurrirle. Los síntomas pueden aparecer de forma brusca. El momento del día en que es más probable que ocurra es al mediodía, antes del almuerzo, o después de la clase de gimnasia. Sus causas más frecuentes son: un exceso de insulina, ejercicio extraordinario, olvido de alguna comida o una ingesta menor de la habitual.

Los síntomas y el tratamiento varían según la severidad de la hipoglucemia. No debe cundir el pánico, el tratamiento es sencillo y la respuesta agradecida.

**Hipoglucemia leve**, presenta: *dolor de cabeza, temblor, palidez, cansancio, irritabilidad, mal humor, sudoración, taquicardia, piel fría, confusión.*

**Tratamiento:** Dar de inmediato alguno de los siguientes productos:



- un vaso de leche entera.
- un vaso de zumo.



- agua con 1 ó 2 terrones de azúcar.
- un caramelo.

En casa habitualmente usamos:.....

Es conveniente tener en cuenta que :

- Los líquidos se absorben más rápidamente que los sólidos.
- Si envía al niño al "office" o cocina a tomar algo, debe procurar que vaya acompañado.

**Hipoglucemia moderada**, presenta: *conducta combativa, desorientación y/o letargo.*

**Tratamiento:** Dar de inmediato Glucosa (Glucosport®) y en cuanto se recupere debe tomar algo sólido.

# CARACTERÍSTICAS DE LA VIDA DIARIA DEL NIÑO CON DIABETES

Si no tenemos seguridad de que el niño trague bien, hay que tratarla como la hipoglucemia grave. Y aunque se haya resuelto con éxito la situación de hipoglucemia leve o moderada, es importante informar a los padres, para que puedan ajustar el tratamiento insulínico o dietético para prevenir futuras hipoglucemias.

**Hipoglucemia grave**, presenta : *pérdida de conocimiento, convulsiones.*

**Tratamiento:** Puede emplearse Glucagón via Subcutánea o Intramuscular (debe mantenerse conservado en frigorífico).

La cantidad que debe inyectarse es:.....

o glucosa concentrada (Glucosmón) vía rectal: 25-50 cc diluídos en 100-200 cc de agua (temperatura ambiente o tibia).

En cuanto despierte es importante hacerle tomar algo sólido (si es posible, un vaso de leche entera).

Si a los 5 - 7 minutos del tratamiento el niño no sale del estado de inconsciencia, el niño precisa atención médica.

## Hiperglucemias :

Consiste en niveles de azúcar demasiado altos en la sangre (cifras de glucosa en sangre por encima de 300 mg/dl). Puede ocurrir en periodos de estrés, enfermedad concomitante (infecciones como la gripe, anginas...), transgresión alimentaria y/o falta de ejercicio. Generalmente no se presenta como una situación de emergencia (salvo que se acompañe de vómitos). Los síntomas se instauran de forma gradual, nunca bruscamente.

**Hiperglucemia leve:** *el niño pide muchas veces permiso para beber o ir al servicio (polidipsia, poliuria). Se debe informar a los padres para que puedan ajustar el tratamiento.*

**Hiperglucemia grave:** *bebe y orina mucho, tiene una respiración profunda, con olor especial, vómitos y signos progresivos de confusión hasta la inconsciencia. Se debe avisar urgente a la familia para corregir la descompensación*

## Alimentación :

El niño con diabetes puede tomar una dieta equilibrada como los demás niños. Sólo los azúcares de absorción rápida deben restringirse, especialmente (dulces y golosinas), salvo que presente una hipoglucemia.

El niño con diabetes necesita tomar algún aperitivo a media mañana y media tarde, ya que es cuando la insulina inyectada va a ejercer sus mayores efectos y el azúcar puede disminuir demasiado. Es importante vigilar que los niños pequeños realicen estas tomas de alimentos. En caso de presentar hipoglucemia deberá comer de forma inmediata (aunque esté dentro de clase).

### El horario habitual de los aperitivos debe ser:

Media mañana:.....

Ejemplos de comidas que puede tomar:.....

Media tarde:.....

Ejemplos de comidas que puede tomar:.....

Si va a realizar gimnasia a última hora de la mañana o de la tarde necesita tomar otro aperitivo adicional inmediatamente antes.



## Ejercicio :

El ejercicio es aún más importante para el niño con diabetes que para los otros niños, por lo que no deben ser excluidos de la gimnasia o actividades deportivas. Sin embargo, hay que tener en cuenta que durante el ejercicio puede ocurrir una bajada de azúcar (que se combatirá como se ha explicado anteriormente en el apartado de hipoglucemia). Es recomendable que antes de comenzar la gimnasia tome un aperitivo.