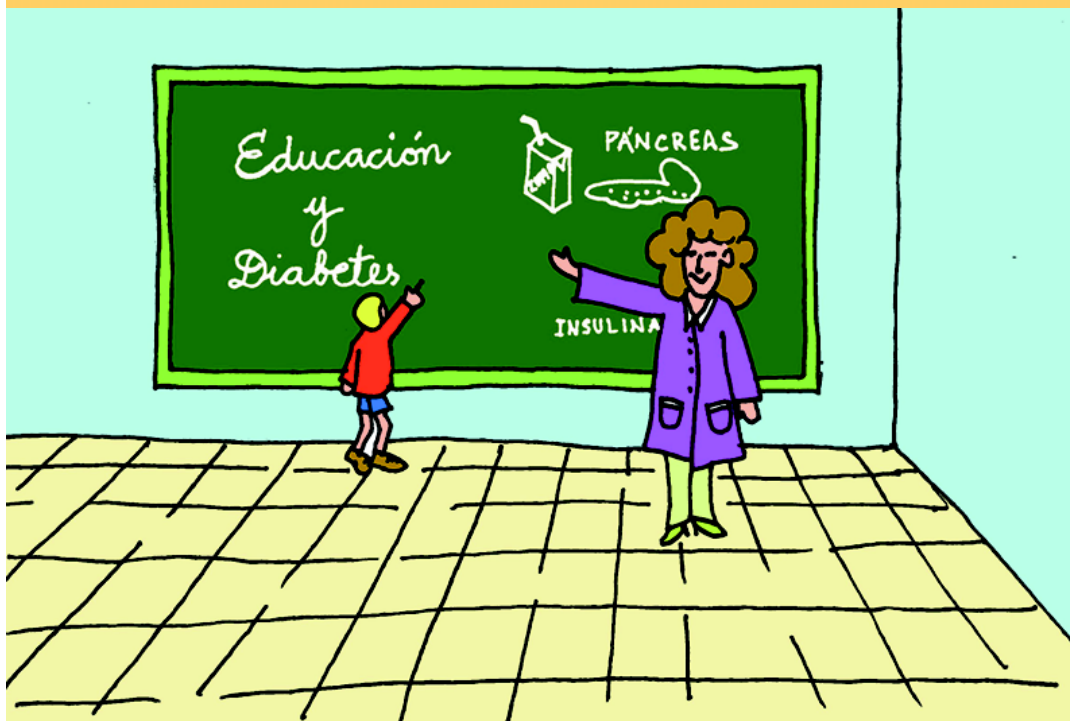


EDUCACIÓN Y DIABETES



GUÍA INFORMATIVA PARA PROFESORES



LIFESCAN
¿Podemos ayudarle?

Atención Personal

(llamada gratuita)

 **900 100 228**

- Suministro de pilas durante la vida del medidor
- Apoyo para un mejor control de su diabetes
- Cuadernos de análisis para anotaciones de su glucosa
- Material de apoyo para la educación
- Camisón de diabético

Soporte Técnico

NEVA LIMEA

(llamada gratuita)

 **900 101 644**

- Consultas e incidencias técnicas
- Soporte y ayuda en el uso de nuestros medidores

 info@lifescan.es  www.lifescan.es



Edita: Asociación de Diabéticos de
Alcázar de San Juan y Comarca

Portada: Leoncio Almodóvar Moreno

Dibujos: Antonio Salomón Escudero
Sociedad Española de Diabetes (SED)
Fundación de Castilla-La Mancha
para la Diabetes (FUCAMDI)

Textos: Manuela Ríos García

Maquetación: Domingo Camacho Castellanos

Depósito Legal: C. R. 565-2006

Imprime: Gráficas Mata, S. L.
Alcázar de San Juan

PRÓLOGO

Esta guía nace de la preocupación de los padres y madres de niños y niñas con diabetes, pertenecientes a la Asociación de Diabéticos de Alcázar de San Juan y Comarca, que persiguen que las personas que forman a sus hijas/os y sus compañeros/as del aula comprendan mejor la enfermedad que padecen, con el fin de cumplir el principio metodológico de la individualización y la socialización.

También surge de la necesidad de la Comunidad Educativa en conocer mejor las características de sus alumnos/as para dar lo mejor de sí mismos con el fin de atender sus necesidades como personas.

El Gobierno Regional de Castilla La Mancha a través de la Consejería de Sanidad tiene un compromiso firme y real con la atención integral de las personas que sufren cualquier tipo de enfermedad y entre todos y todas estoy seguro que la diabetes será vencida a través de la investigación y de la coordinación.

Enhorabuena a quienes habéis participado en esta idea y gracias a los profesores/as porque en muchas ocasiones os pedimos más de lo que podéis dar.

Santiago Cortés Bermejo
Gerente del Complejo Hospitalario
La Mancha Centro.



Bauting



Best

La alegría en el enfermo, es el mejor jarabe,
y así es procurársela;
y cuando alegre lo vieres cuéntalo por sano.

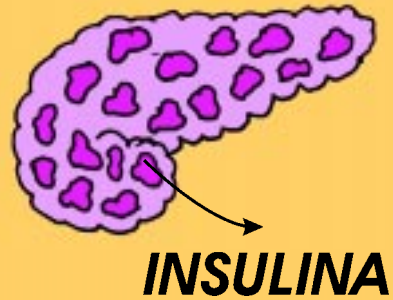
(Alemán)

1. ¿Qué es la Diabetes Tipo 1?

Es una enfermedad en la que se produce un aumento de los niveles de glucosa en sangre por una falta total o parcial de producción de insulina por parte del páncreas.



La Insulina se produce en una glándula del organismo llamada **páncreas**.



Páncreas de la Diabetes Tipo 1



Páncreas Normal

Hay Poca Insulina



2. ¿Qué es la insulina?

Es la hormona encargada de asimilar la **energía** fundamentalmente los Hidratos de Carbono (H.C) de los alimentos. Permitiéndole pasar de la sangre al interior de las células, sin **energía** nuestro cuerpo no puede funcionar de ahí su importancia.



Hidratos de Carbono: Glucosa, Fructosa, Lactosa, Sacarosa.



3. ¿Qué ocurre cuando no hay insulina?

El niño acumula grandes cantidades de glucosa en sangre (HIPERGLUCEMIA) y aparecen los siguientes síntomas.



Polifagia, el niño/a a pesar de comer mucho adelgaza y se encuentra cansada.



Polidipsia, el niño/a bebe mucho

Poliuria, el niño/a orina mucho



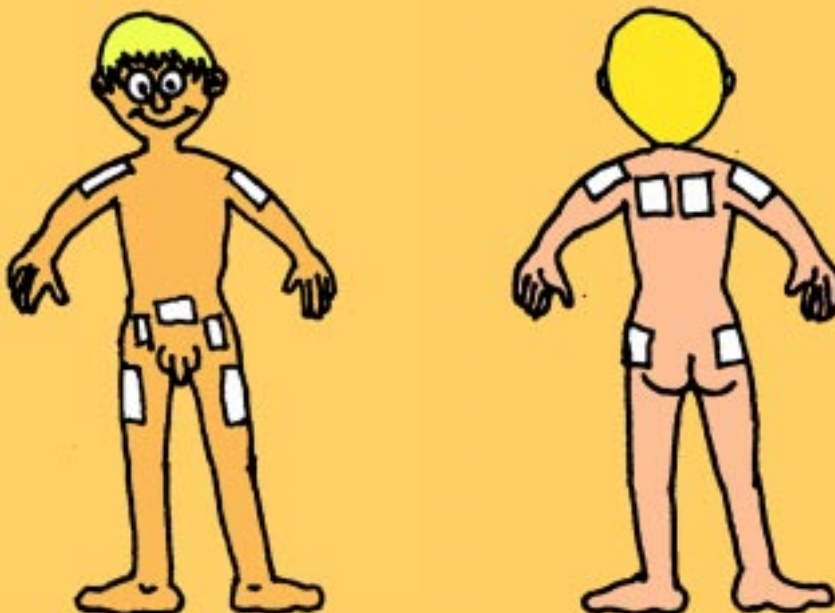
4. Solución

La administración de insulina en forma de inyecciones diarias.



El número de inyecciones de insulina necesarias al día varía según cada niño/a.

Puede hacerse en ciertas partes del cuerpo de manera sencilla.



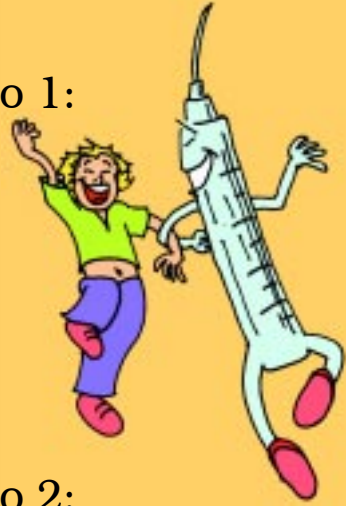
5. Tipo de Diabetes

Las más frecuentes son:

5.1. La Diabetes Mellitus Tipo 1:

Suele comenzar en la infancia o adolescencia.

Es debida a una destrucción de las células del páncreas productoras de insulina, por lo que es necesario administrar la misma, de manera exógena, desde el comienzo.



5.2. La Diabetes Mellitus Tipo 2:



Se caracteriza por un déficit parcial en la producción de insulina junto a una resistencia a la acción de la misma.

En su tratamiento se precisa, dieta, ejercicio, comprimidos, insulina o ambos.



6. El niño/a con diabetes en el cole

Después del debut diabético el niño/a se incorpora de nuevo al medio escolar.



6.1. Los Padres

Los padres informarán por escrito al centro sobre la nueva situación de su hijo/a.

Facilitarán teléfonos de contacto. Si hay que comer indicarán las variaciones alimenticias. Si el niño/a debe inyectarse insulina en el horario escolar indicarán por escrito la pauta de insulina.



Y si el alumno/a es pequeño además el consentimiento informado para que un adulto del centro se haga responsable. La autorización se hará por escrito en caso de que sea necesario. Eximiendo al profesorado de cualquier responsabilidad.

Portarán alimentos ricos en hidratos de carbono. (Azúcar, galletas, caramelos, néctar, etc.).



6.2. El alumno/a diabético

Si es de educación infantil y 1º ciclo de primaria será un adulto el responsable de su tratamiento.



Si es mayor deberá ir siempre preparado.



Deberá decir su enfermedad para que en cualquier momento le puedan ayudar

6.3. Los Profesores

Facilitarán la realización de los controles de glucemia durante el horario escolar. Si el alumno/a es pequeño estará al tanto del resultado para ayudarle.



Tendrá alimentos azucarados facilitados por los padres y permitirá la ingesta de los mismos cuando sea necesario. Así como las salidas al baño.



Deberá tener a mano teléfonos de contacto.



Se le informará de los síntomas hipoglucemia e hiperglucemia

Puede informar al resto de alumnos/as sobre la diabetes

7. Situaciones Especiales

En horario escolar se puede presentar dos situaciones:

7.1. Hiperglucemia

Es el aumento de la glucosa en sangre por encima de 250 mg/dl.



CAUSAS:



Falta de Insulina



Comer Mucho



Enfermedad



Stress

SÍNTOMAS de Hiperglucemia y Cetoacidosis

Dolor de Cabeza.

Necesidad de beber abundantes líquidos.

Dolor abdominal.

Náuseas y vómitos

Cansancio y Debilidad

Aliento a Manzana.



El centro avisará a los padres para que estos actúen en consecuencia.

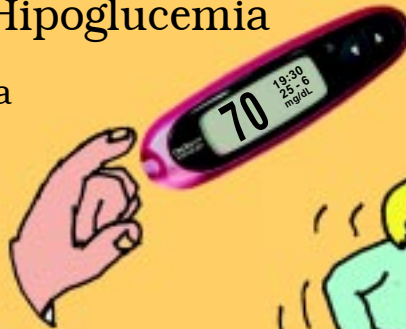
Bien intentando normalizar la situación en casa o bien ingresando al niño/a en el Hospital más cercano si fuese necesario.



7.2. La Hipoglucemia

Es la disminución de la glucosa en sangre por debajo de 70 mg/dl.

CAUSAS:



- 1.º Demasiada insulina
- 2.º Comer menos de lo habitual
- 3.º Realizar más ejercicio del habitual.

7.2.1. Hipoglucemias Leves-Moderadas

SÍNTOMAS:

Sudor frío.
Temblores.
Nerviosismo.
Hambre.
Debilidad.
Palpitaciones.
Hormigueos.



¿QUÉ HACER?

- 1.º Determinar el nivel de glucemia. Si no podemos, hacerlo deberemos actuar como si fuese una hipoglucemia.
- 2.º Dejar lo que esté haciendo y actuar con urgencia.
- 3.º Administrar 10 gramos de Hidratos de Carbono. (Azúcares, de los siguientes:



Dos terrones de azúcar.

Dos pastillas de Gluco-sport.

Medio vaso de Coca Cola normal.

Medio vaso de zumo de frutas.

Un vaso de leche.

- 4.º Realizar a los 10 ó 15 minutos una nueva glucemia capilar, y si sigue con hipoglucemia, repetir la toma anterior.



7.2.2. Hipoglucemias Graves

SÍNTOMAS:

Dolor de Cabeza.

Alteración de la palabra
(hablar lento, entrecortado,
difícil...)

Cambio de comportamiento
(agresividad)

Transtornos visuales (visión borrosa, doble..)

Convulsiones.

Pérdida de conciencia.



¿QUÉ HACER?

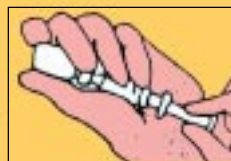
1. Si está consciente, se actúa como en una hipoglucemia moderada.



2. Si está inconsciente, no hay que dar ningún alimento por vía oral.



3. Inyectar el glucagón o en caso de no ser posible, avisar al 112.



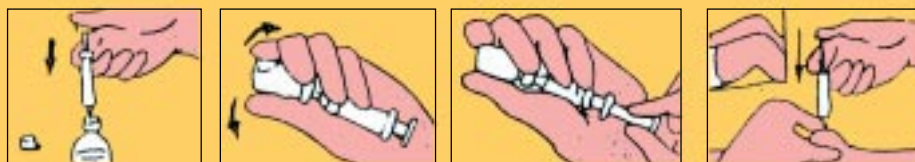
Glucagón

Es una hormona que sube la glucosa muy rápidamente, es importante tenerla en casa para utilizarla en caso de hipoglucemias graves.

¿Cómo se debe administrar el glucagón?

El envase de glucagón viene en una jeringa precargada y un frasco con la hormona de glucagón.

Hay que introducir el líquido que hay en la jeringa en el vial de polvo de glucagón, agitar suavemente extraer el contenido total del frasco e inyectarlo.



La inyección suele hacerse de forma subcutáneo (como la insulina), pero puede hacerse intramuscular e incluso si se hace en vena por accidente no importaría, no supone ningún riesgo para el paciente. Tanto si es como si no es una hipoglucemia grave.

Dosis recomendadas por edad.

- Hasta los dos años $\frac{1}{4}$ de ampolla
- de 2 a 6 años $\frac{1}{2}$ ampolla
- de 6 años en adelante 1 ampolla

Ficha: Personal

Cada profesional que vaya a tener el niño/a a su cargo debería disponer de una fotocopia.

ESTE NIÑO/A TIENE DIABETES

Nombre.....

Fecha de Nacimiento.....

Curso/Nivel.....

Fecha de Inicio de la diabetes.....

CONTACTOS

Familiar 1

Familiar 2

Parentesco.....

Parentesco.....

Nombre.....

Nombre.....

Teléfono.....

Teléfono.....

EQUIPO DIABETOLÓGICO

Médico.....

Teléfono.....

Enfermera.....

Teléfono.....

CENTRO HOSPITALARIO MÁS PRÓXIMO

Nombre del Centro.....

Teléfono.....

Dirección.....

URGENCIAS 112

Ficha: Preparación de Salidas organizadas por la escuela

Es importante que los padres mantengan un encuentro con el equipo docente y conozcan el programa de actividades y complementen conjuntamente la lista de necesidades a prever.

Salidas de un día y viajes largos

Hay que prever los retrasos inesperados y llevar comida adicional como bocadillos, fruta, zumos, galletas...

El niño/a debe llevar consigo la insulina por si el retraso afecta a su hora habitual de inyección.

Salidas pasando la noche fuera de casa

El niño/a debe seguir el programa habitual del control y de inyección en caso de que el niño/a no sea capaz de realizarlo solo, la persona que asume la responsabilidad de supervisarle o ayudarle es.....

Pauta de insulina durante el viaje

F E C H A	DOSIS DE INSULINA	PAUTA DESAYUNO	PAUTA COMIDA	PAUTA CENA

Material para los viajes

El alumno/a debe llevar:

- Glucosa por si presenta un episodio de hipoglucemia: néctar, zumos, pastillas de gluco-sport, etc.
- Comida para las excursiones, bocadillos, frutas, cereales, etc.
- Identificación personal
- Insulina y Utensilios de autoinyección.
- Medidor o glucómetro

El personal docente debe llevar:

- Informe médico del alumno/a.
- Glucagón por si se presenta un episodio de hipoglucemia grave.
- Comprobará que el alumno/a lleva todo lo necesario.

Ficha: En caso de Hipoglucemia

(Nivel por debajo de 60 mg/dl de glucosa en sangre)

Alumno/a:..... Curso/Nivel:.....

Comprobar si presenta alguno o algunos de los siguientes síntomas:

- | | |
|--------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> Hambre | <input type="checkbox"/> Ojos vidriosos |
| <input type="checkbox"/> Sudoración | <input type="checkbox"/> Temblores |
| <input type="checkbox"/> Somnolencia | <input type="checkbox"/> Cambios de humor |
| <input type="checkbox"/> Palidez | <input type="checkbox"/> Dolor abdominal |

Síntomas típicos de este alumno/a:

— —
— —
— —

Debe ingerir azúcares de absorción rápida.

10 gramos de Hidratos de Carbono (azúcares) son cualquiera de los siguientes:

Dos terrones de azúcar.

Dos pastillas de Gluco-sport.

Medio vaso de Coca-Cola o cualquier bebida refrescante no light.

Medio vaso de zumo de frutas.

Realizar a los 10 - 15 minutos, una nueva glucemia capilar y si sigue con hipoglucemia repetir la toma anterior.

Este alumno/a dispone en su aula de (Tutoría, Sala de profesores) de Hidratos de Carbono para estas situaciones especiales, así como glucagón en la nevera del Centro.

IMPORTANTE: Si el niño/a está inconsciente no dar nada de comer ni de beber, inyecte el glucagón o avisar al 112.

Debemos Saber

En clase de Educación Física el ejercicio mejora el control de la glucosa y aumenta la sensibilidad a la insulina.

Por tanto para los niños con diabetes la clase de gimnasia es tan recomendable como para los demás.

ANTES, de realizar ejercicio físico, debe realizar un control de glucemia capilar. Si tiene 250 mg/dl, el ejercicio está contraindicado, así como si está por debajo de 60 mg/dl. Disponer de hidratos de carbono de absorción rápida.

DESPUÉS, de realizar ejercicio físico, debe realizar un control de glucemia capilar. Tomar alguna ración extra si fuera necesario. Hasta las 24 horas posteriores al ejercicio físico pueden presentarse hipoglucemias.

Se considera que por cada 45 minutos de ejercicio físico se debe tomar una ración extra de Hidratos de Carbono.



ÍNDICE

	Pág.
Prólogo	1
¿Qué es la Diabetes?	3
¿Qué es la Insulina?	4
¿Qué ocurre?	5
¡Solución!	6
Tipo de Diabetes	7
Tipo 1	
Tipo 2	
El niño/a con diabetes en el cole	8
Los Profesores	8
Situaciones Especiales	11
Hiperglucemia	11
Hipoglucemia	13
Glucagón	18
Fichas de Interés	17
Debemos saber	20

PATROCINADO POR



COLABORADORES

