

Team Colegio

No dude en contactar nuestra Fundación para reservar una sesión con el "Team Colegio". Es un servicio gratuito que consiste en una charla a los profesores, en el mismo colegio, sobre los cuidados básicos de un niño con diabetes.



Fundación Diabetes Juvenil de Chile fué fundada en 1987 por un grupo de padres de niños con diabetes y su finalidad es ayudar a los niños y familiares del recién diagnosticado y enseñarles modernas técnicas modernas de tratamiento.

La Fundación es gratuita.



SANTIAGO

Lota 2344, Providencia
Metro Estación Los Leones
T. (02) 367 3900

VIÑA DEL MAR

Arlegui 440 - Local 201, Galería Arcadia
T. (032) 254 1624/5

www.diabeteschile.cl



ONETOUCH®
Vive la vida



La Fundación agradece a la Associação de Diabetes Juvenil de Brazil la autorización para adaptar su magnífico tríptico *Nosso Aluno com Diabetes.*



Nuestro Alumno con

Diabetes



Nuestro alumno con Diabetes

Este material que tiene en sus manos está pensado para que usted, como profesor de un niño (a) que tiene diabetes insulino-dependiente (Tipo 1), conozca los aspectos más relevantes de esta condición crónica, eliminar sus dudas y estar en condiciones de ayudar al niño si fuese necesario. No se pretende que sea usted quien haga los controles del niño, sino que sepa en que consisten y le facilite hacerlos.



¿Qué es la diabetes?

Es una condición crónica que se produce cuando el páncreas no produce la insulina necesaria para que la glucosa pase de la sangre a las células.



Cuales son los 2 tipos más comunes de diabetes

La del Tipo 1 es la común en niños y jóvenes. Su cuerpo ya no produce insulina y deben inyectársela diariamente.

La del Tipo 2 o del adulto, se produce pasado cierta edad cuando el páncreas produce menos insulina de la necesaria o ésta es resistida por el organismo. Se trata con dieta, medicamentos, ejercicio y ocasionalmente con insulina. En Chile es 100 veces más común que el Tipo 1.



¿Cuales son los síntomas?

Mucha sed, orina frecuente, pérdida de peso, aliento a manzana. Estos síntomas pueden ser observados antes del diagnóstico y también cuando el niño está mal controlado.



De que depende el buen control de la diabetes

Los niños con diabetes pueden hacer una vida normal, feliz y saludable. La clave está en mantener sus glicemias dentro de un rango lo más normal posible (80 a 110) o cerca de éste, para lo cual debe monitorear su glicemia, comer adecuadamente, colocarse sus inyecciones y hacer ejercicio. Para ello es muy importante el apoyo de su entorno familiar.



Como se mide la glicemia

A distintas horas del día se saca una gotita de sangre de un dedo, mediante un lancetero especial (casi indoloro) y se coloca en un monitor que le indica el nivel de azúcar en la sangre (glicemia). Si el resultado es inferior a 70mg/dl, se dice que tiene hipoglicemia y si es sobre 180 es que tiene hiperglicemia.

Si es necesario, permita que el niño haga sus controles y coma su colación, sin salir de la sala de clases.



¿Cuáles son los elementos esenciales en el control de la diabetes?

Estos son: la insulina, que baja el nivel de azúcar en la sangre.
la alimentación, que sube la glicemia.
el ejercicio, que baja la glicemia.



La insulina

Hay de muchos tipos y es el mismo niño o joven, con la colaboración de sus apoderados (dependiendo de la edad y madurez del joven) el que debe colocarse la inyección.



La alimentación

Es la misma a la de todos los otros alumnos. Esta debe ser saludable, equilibrada y consumida sin excesos. Sólo si contiene azúcar refinado, debe ser endulzado artificialmente y si es postre reemplazarlo por una fruta. El niño con diabetes tiene las mismas necesidades alimenticias que sus compañeros y no tiene por qué ser restringido en sus alimentación. También es muy importante la sociabilización, compartiendo con sus compañeros el momento de sus comidas.



Qué hacer cuando haya una fiesta en el colegio o un paseo escolar

Es importante que el colegio avise con anticipación a los apoderados de estos eventos y su duración, para así poder adecuar el tratamiento y las colaciones.



¿Un alumno con diabetes puede practicar actividad física?

La actividad física hecha de manera correcta trae beneficios a los jóvenes con diabetes, ya que les ayuda a controlar su peso, mejorar la absorción de la insulina, bajar el nivel de azúcar en la sangre y mejorar los niveles de stress psicológico.

Precauciones: hacerse una glicemia y dependiendo de ella y de la intensidad del ejercicio, comer una colación adicional. El profesor debe estar informado de la diabetes del niño y permitirle un pequeño retraso en el inicio de la actividad si la glicemia está baja, para que la colación adicional haga su efecto.



Cuáles son las complicaciones más comunes del niño en el colegio

HIPERGLICEMIA

O alto nivel de azúcar en la sangre, con sed excesiva, orina intensa, náuseas, aliento como a manzana.



HIPOGLICEMIA

O bajo nivel de azúcar de azúcar en la sangre, que se manifiesta por palidez, irritabilidad, sudoración, confusión, descoordinación y, a veces, compromiso de conciencia.



Como tratar estas dos complicaciones

HIPERGLICEMIA

Debe dársele agua en abundancia, permitirle ir al baño a menudo y hacer ejercicio. Si la glicemia está muy alta, sobre 250-300 es preferible suspender el ejercicio. Si ya es autovalente se colocará la insulina correspondiente para bajar la glicemia. Si es pequeño, esto se lo harán de vuelta en casa.



HIPOGLICEMIA

Debe ser tratada **DE INMEDIATO**, aunque esté en clases dando un examen. Solución: darle azúcar en cualquier forma: disuelta en agua, en cubos, jugo de fruta, bebida gaseosa, tabletas de glucosa y otras. No sirven los productos diet. Después de un tiempo repetir la glicemia y reforzar con un alimento más contundente. Una buena idea es que el profesor tenga cubos de azúcar en su escritorio por si el niño no tiene.

Si no está en condiciones de tragar **NO** se le puede dar alimento alguno y en su lugar colocar inyección de Glucagón, que los mismos padres pueden dejar en la enfermería del colegio, si la hay. Son casos excepcionales.



Es muy importante el apoyo social y familiar del alumno para el buen control de su diabetes y, en el colegio, a través de los profesores para desarrollar en el niño actitudes positivas en relación a su dolencia y colaborar en su integración social.

El niño con diabetes debe participar en todas las actividades del colegio y, por ningún motivo, ser tratado como un niño diferente.