

Hablemos Acerca De...

Diabete ocurre cuando una persona no produce suficiente insulina. Insulina es la forma natural del cuerpo humano para descomponer la glucosa. Glucosa, es un tipo de azúcar que se extrae de las comidas, principalmente de fécula o almidón y carbohidratos que se encuentran en el pan, pasta y cereales. Los niños con diabetes no producen suficiente insulina para descomponer la glucosa. Ellos tienen altos niveles de glucosa en la sangre los cuales pueden ser muy peligrosos. En niños, la diabetes puede ser tratada con una combinación de inyecciones de insulina, buenos hábitos alimenticios, y ejercicio. Pero sólo con buenos hábitos alimenticios no se controla la diabetes en los niños. La diabetes no es causada por “comer mucha azúcar”, y tampoco es contagiosa.

Hipoglucemia (bajo nivel de glucosa en la sangre)

Una de las preocupaciones durante las horas escolares es que el nivel de glucosa del niño esté debajo del nivel normal. A esto se le llama “reacción de insulina” o hipoglucemia. Esto puede suceder:

- 1 Si las comidas o bocadillos y golosinas son omitidas o atrasadas.
- 2 Durante ejercicio físico extenuamente antes del almuerzo.
- 3 Durante una excursión o actividad fuera del salón de clase.

Síntomas

- soñolencia
- confusión
- malhumor/agresividad
- soñador
- falta de concentración
- falta de coordinación
- sudor
- palidez
- temblor
- hambre repentina
- llanto
- dolor de cabeza

Información para el maestro acerca de la diabetes

¿Cómo se puede tratar la hipoglucemia?

La hipoglucemia se debe tratar **inmediatamente** aunque tenga dudas si se trata de un caso de hipoglucemia. Dé al niño alguna de las siguientes opciones:

- comience con 2 tabletas de glucosa
- 6 onzas ó ½ taza de cualquier jugo
- 1 taza ó 1 cajita de cartón de leche
- ½ lata de soda/refresco/gaseosa (que no sea de dieta)

El maestro o empleado debe vigilar al estudiante hasta que responda normalmente o reinicie sus actividades. Esta recuperación toma más o menos de 15 a 20 minutos. Si el niño no responde durante ese tiempo, dele más jugo o tabletas de glucosa, y luego llame a los padres.

Cuando el niño responda, envíelo a la cafetería para comer, o dele un bocadillo o golosina que tenga manteca/crema de cacahuate, un sandwich de carne, o un vaso de leche.

Si no está seguro acerca de qué le pasa al niño y hay un glucómetro (medidor de glucosa), tómelo el nivel de glucosa y dele los resultados a los padres.

Hiperoglucemia (alto nivel de glucosa en la sangre)

Algunas veces el nivel de glucosa del niño estará alto. Esto se llama hiperoglucemia y podría ser causado porque el niño:

- 1 Está enfermo.
- 2 Comió mucho.
- 3 Se olvidó de alguna dosis de insulina.
- 4 Está tenso.

El niño comenzará a tomar mucha agua y orinará más frecuentemente. **Si estos síntomas persisten o si el nivel de glucosa del niño es más alto de 300 puntos, notifique a los padres.**

Nutrición

Es esencial que el niño diabético siga su plan alimenticio constantemente. Los almuerzos en la escuela pueden ser usados en el plan alimenticio. La gran mayoría de los niños diabéticos deben comer dos bocadillos o golosinas, una durante la mañana y una durante la tarde, para prevenir que baje el nivel de glu-

cosa en la sangre. Si se olvidan o simplemente no comen alguno de sus bocadillos o golosinas, ponen su vida en peligro. El niño siempre debe comer un bocadillo o golosina antes de ir a una excursión. Por favor llame a los padres si el niño come frecuentemente dulces y golosinas, o si se come la comida de otros compañeros de clase.

Puntos para discutir con los maestros

- 1 Mi hijo puede decir cuando tiene una "reacción de insulina" SI___ NO___
El la llama _____

Mi hijo tiene los siguientes síntomas cuando su nivel de glucosa está por debajo de lo normal _____

Mi hijo responde a los siguientes tratamientos _____

Yo seré responsable de darles los siguientes tratamientos (tabletas de glucosa, jugos, etc.) en el salón de clase.

- 2 **Revisar el nivel de glucosa en la escuela**
Mi hijo recibe _____ inyecciones de insulina al día.
Mi hijo se revisa el nivel de glucosa _____ veces por día en la casa.
Cuando mi niño se revise el nivel de glucosa en la escuela, debe hacerlo $\frac{1}{2}$ hora antes del almuerzo.

- 3 **Cómo actuar en ocasiones especiales en la escuela**
Mi hijo es responsable de hacer sus propias decisiones.
Yo les daré sustitutos apropiados para mi niño. SI___ NO___
Me gustaría que me contacten antes de eventos especiales. SI___ NO___

- 4 **Adaptación escolar y logros**
Trate al niño normalmente. Un niño diabético puede participar en todas las actividades escolares. El niño no debe ser dejado de lado por su enfermedad. La comunicación entre el maestro y el niño ayudarán a manejar la enfermedad en la escuela.

Números de emergencia

Nombres de los padres _____
Número del padre _____
Número de la madre _____
Otro contacto de emergencia
Nombre _____
Número de teléfono _____

Si su clase necesita una presentación acerca de la diabetes, llame a la enfermera de la escuela.



Pediatric Education Services
801.662.3500 Rev.12/99
© Primary Children's Medical Center 2005
Teacher information about diabetes

Toda la información contenida en las series **Hablemos Acerca de...** tiene solamente un propósito educativo. Esta información educacional no sustituye el consejo de un médico ni el cuidado que un médico u otro proveedor de salud pueden brindar. Si usted tiene preguntas acerca de la salud de su niño, comuníquese con su proveedor de salud.