

Este folleto va dirigido a todos los profesores que tengan algún alumno diabético. En él queremos informarle acerca de la diabetes infantil y cómo debe tratar a su alumno. De cualquier modo es muy importante que el tutor y el profesor de educación física del niño estén en contacto periódico con los padres para intercambiar información útil.

¿QUÉ ES LA DIABETES INFANTIL?

La diabetes es una enfermedad crónica (para toda la vida) en la que el páncreas NO ES CAPAZ DE PRODUCIR NADA DE INSULINA.

La insulina es una hormona que sirve sobre todo para HACER DESCENDER EN NIVEL DE AZÚCAR EN LA SANGRE. La insulina actúa a modo de llave que abre la puerta de la célula para que el azúcar que se encuentra en la sangre pueda entrar en la célula.

El niño diabético NECESITA INYECTARSE DIARIAMENTE la insulina él mismo, de otro modo moriría.

¿CUÁL ES EL TRATAMIENTO?

Deben equilibrarse tres factores: ejercicio físico, dieta e insulina.

1. EJERCICIO FÍSICO

Hace descender el nivel de azúcar.

El niño puede y debe hacer el mismo ejercicio que sus compañeros. Cuando realice un ejercicio extra se le permitirá tomar un suplemento alimenticio.

2. DIETA

Aumenta el nivel de azúcar.

El niño debe de poder comer a sus horas. Generalmente necesitará un suplemento a media mañana. Si se retrasa la salida de clase podrá tomar algún alimento. No debe de tomar cosas dulces ni comer entre horas. Podrá comer en el colegio si los padres se ponen en contacto con el responsable para ver si es necesaria alguna modificación en el menú. A veces necesitará tomar un azucarillo en clase en caso de una hipoglucemia.

3. INSULINA

Hace descender el nivel de azúcar

Normalmente el niño ya se la habrá puesto en su domicilio. Si come en el colegio puede necesitar administrársela antes de la comida.

¿HAY SITUACIONES DE URGENCIA?

Sí; hay dos descompensaciones en la diabetes que pueden conducir a un estado muy grave si no se actúa correctamente. Son: la hiperglucemia y la hipoglucemia

1. HIPERGLUCEMIA

Es un aumento lento y acusado del azúcar en la sangre.

Es de instauración lenta. Pueden presentarse síntomas como: sed intensa, necesidad de orinar muy a menudo, cansancio.

¿QUÉ HACER?

El profesor debe simplemente informar a los padres y dejar al niño marchar a casa si se encuentra mal. Ante la presencia de vómitos el niño debe de ser trasladado con urgencia a su domicilio.

2. HIPOGLUCEMIA

Es un descenso brusco y acusado del azúcar en la sangre.

Es de instauración rápida. Los síntomas pueden ser: mareo, sudor frío, palidez, visión borrosa, temblor, dolor de cabeza etc. O puede ser que el niño no note ninguno de esos síntomas y que se refleje en cambios de carácter como irritación, agresividad, desorientación.

¿QUÉ HACER?

Si el niño nota que entra en hipoglucemia, podrá comer AZÚCAR (que él mismo debe de llevar encima). Después de esto podrá reanudar sus actividades, aunque precise algunos minutos de descanso. Por si acaso el niño no llevara azúcar consigo, el profesor siempre debe de tenerla guardada en un lugar accesible y cercano. Si el niño no nota los síntomas, pero el profesor sospecha una hipoglucemia, le dará de todos modos el azucarillo, por si acaso.

Puede ocurrir en casos graves que el niño pierda la conciencia. En este caso no hay que intentar darle nada por la boca. Si en la enfermería del colegio está disponible, la persona más indicada le inyectará GLUCAGÓN subcutáneo o intramuscular, y el niño recuperará en unos minutos la conciencia (debe de existir una autorización firmada por los padres). Si no lo hay, se

trasladará al niño rápidamente a su domicilio o al centro asistencial más cercano.

Las causas de una hipoglucemia son: Un exceso de administración de insulina, no tomar el suplemento alimenticio necesario antes de hacer ejercicio extra, o el retraso u omisión de alguna comida.

¿PUEDE EL NIÑO HACER EXCURSIONES Y VIAJAR CON SUS COMPAÑEROS?

Sí, pero necesitará algún equipaje extra: bolígrafo de insulina, aparato de medición de glucosa etc, y una tarjeta de identificación personal que pueda llevar colgada al cuello o en un bolsillo.



ASPECTOS PSICOLÓGICOS

Los padres de un niño diabético tienden en general a sobreproteger al niño. El colegio puede jugar un papel decisivo en lograr la autonomía del niño. Por eso es necesario que usted le dé un trato igual a sus compañeros.

El niño debe de ser libre para hablarle a sus compañeros cuando él quiera acerca de su enfermedad.

Si el diagnóstico es reciente el niño puede pasar por diferentes etapas que pueden ser:

- No aceptación de su enfermedad
- Manipulación: puede intentar obtener un trato especial por ser diabético.
- Rebeldía: el niño se siente frustrado y confuso, puede estar hosco y agresivo.
- Ocultamiento: no quiere que nadie sepa que es diabético
- Aceptación e integración.

En todo momento hay que intentar respetar al máximo el criterio del niño y de los padres. Un diálogo abierto y regular con todas las partes puede ser de gran ayuda.

ALGUNAS RECOMENDACIONES

- Es importante que los compañeros del niño y el profesor sepan dónde se encuentran guardados los azucarillos para el caso de una hipoglucemia
- Una hipoglucemia puede afectar los resultados escolares, incluso hasta 3-4 horas después de que haya pasado. Esto hay que tenerlo en cuenta si el niño está haciendo un examen, para darle la oportunidad de repetirlo.
- No envíe al niño a casa antes de la hora habitual si no está seguro de que hay alguien en casa esperándole, por si acaso tuviera una hipoglucemia por el camino.
- La clase de gimnasia convendría que fuese a primera o segunda hora de la mañana. No permita al niño hacer ejercicio duro hasta que pase una hora después de haberse puesto la última dosis de insulina.
- Si el niño es pequeño, puede ser necesario recordarle que se ponga las inyecciones o que se haga los controles.
- Tener el teléfono y datos de los padres a mano.

CONCLUSIÓN

Como ha podido ver, el niño diabético no requiere un trato diferente al de los demás niños, salvo que lo vigile usted

un poco más y le permita salir al servicio si lo necesitara o comer alguna vez algo en clase. Usted debe de hacer que el niño se sienta igual que sus compañeros, para que pueda adquirir una autonomía y seguridad sobre sí mismo que le ayude a integrarse perfectamente con los compañeros. No tenga usted miedo de la enfermedad, tan sólo hay que tener un poco más de cuidado.

Es bueno saber y hacer saber a los otros niños que **la diabetes no es una enfermedad contagiosa.**

El lograr que el niño se sienta aceptado e igual que sus compañeros es UN FACTOR QUE MEJORARÁ EL PRONÓSTICO DE LA ENFERMEDAD.

El niño diabético en clase



AUTORES:
Luisa H. Hofmann (DUE)
Pablo Vidal-Ríos (Médico)
©Dr. Vidal-Ríos 1999-2013



Dr. P. Vidal-Ríos
C/ Fernández Latorre, 122, 1ºD
15006 A Coruña

Tlf.: 981-152221
Email: doctorvidalrios@gmail.com
<http://www.doctorvidalrios.com>