

diabetes



salud escolar: accidentes,
enfermedades y fomento de
hábitos saludables en el
centro educativo

guía para el profesorado



diabetes

Introducción

La Diabetes tipo 1 es una de las enfermedades crónicas más comunes en la edad escolar. En la Comunidad de Madrid se estima una prevalencia de un 0,2 % en los escolares de 0 a 14 años, pudiendo estar afectados alrededor de 1600 niños y niñas en nuestra comunidad.

Concepto

La **Diabetes mellitus** es una enfermedad que consiste en una alteración del metabolismo de los hidratos de carbono, que se produce por una insuficiencia de la secreción de insulina o una falta de actividad de la misma, esto hace que aumente la glucosa en la sangre.

Hay dos tipos, la Diabetes mellitus tipo 1 y la tipo 2. En la edad escolar la más frecuente es la tipo 1, en la que el páncreas no produce insulina, por lo que es necesario su aporte externo a través de inyecciones.

Para estos niños es importante respetar el horario de las comidas, por tanto si por algún motivo se retrasa la salida de clases, por ejemplo, exámenes, es importante permitirle la toma de algún alimento en la misma clase. Lo mismo ocurre si va a practicar ejercicio físico de cierta intensidad.

Alteraciones más frecuentes, sus síntomas

Hipoglucemia:

Es la complicación más frecuente en la Diabetes tipo 1. Los síntomas comienzan a experimentarse cuando el nivel de glucosa desciende por debajo de 65 mg/dl. Su aparición es muy rápida, en minutos. El momento del día en que es más probable que ocurra es al mediodía, antes de la comida o después de la clase de gimnasia.

Hiper glucemia:

Es el aumento del nivel de azúcar en la sangre. Su aparición es lenta, los síntomas se instauran de forma gradual.

Puede pasar desapercibida hasta niveles de 250-300 mg/dl. Las causas más comunes son: no seguir el régimen alimenticio, no administrarse la insulina o la existencia de alguna patología orgánica.

Hipoglucemia

- Sensación de hambre.
- Dolor de cabeza.
- Palidez.
- Sudoración.
- Mareos.
- Palpitaciones.
- Vista borrosa.
- Confusión.
- Comportamiento anormal.
- Pérdida de conciencia

Hiper glucemia

- Aumento de sed.
- Necesidad de orinar con frecuencia.
- Azúcar y acetona elevados en orina.
- Cansancio.
- Pérdida de apetito.
- Náuseas, vómitos.

Estos síntomas varían de una persona a otra. Si se duda entre una hiper glucemia o una hipoglucemia tratar como una hipoglucemia: dar líquidos azucarados (si está consciente).

diabetes

Qué hacer ante una emergencia

**LO MÁS IMPORTANTE:
MANTENER LA CALMA**

Hiperglucemia

- Dejar salir a la persona al baño, cuantas veces lo necesite.
- Dejar que beba toda el agua que quiera.
- Evitar la administración de zumos

Hipoglucemia

Si está consciente:

- Dar alimentos azucarados, mejor líquidos que sólidos. Si se administran sólidos que sea fruta.

Si está inconsciente:

- Llamar al 112 (necesita atención médica inmediata.)
- No administrar nada por boca.
- No dejar a la persona sola.

¿Dónde llamar?

Se debe tener una lista de teléfonos facilitada por la familia en la que conste:

- Teléfono de contacto familiar.
- Teléfono del equipo que controla la diabetes de esta persona.
- Teléfono del centro sanitario de referencia.
- 112.

Si se ha producido algún episodio de este tipo hay que informar siempre a los padres.

Fármacos

Insulina: Es una hormona imprescindible para vivir y su aporte es el único tratamiento válido. Debe administrarse inyectada por vía subcutánea, no pudiendo ser utilizada por vía oral ya que los jugos gástricos la destruyen. Se la administrará el niño o la niña.

Glucagón: es una hormona que se produce, como la insulina, en el páncreas y que tiene una función inversa a ésta elevando los niveles de glucosa en sangre, se usa sólo en emergencias.

¿Dónde puedo obtener más información?

- www.diabetesjuvenil.com
- www.fundaciondiabetes.org
- www.msc.es/ciudadanos/enfLesiones/enfNoTransmisibles/diabetes/diabetes.htm

Beatriz de Bobadilla 14,
28040 Madrid
Telf.: 91 563 44 11
defensor@defensordelmenor.org
www.defensordelmenor.org



 **Defensor del Menor**
en la Comunidad de Madrid



www.obrasocialcajamadrid.es
902 131 360