

10

cosas que el personal escolar debe saber acerca de la **diabetes tipo 1**

- 1. Los niños no se curarán de la diabetes tipo 1 a medida que crecen.** Con la diabetes tipo 1, las células del páncreas que producen insulina han sido destruidas. Las personas con diabetes tipo 1 siempre deberán ponerse inyecciones de insulina (hasta que haya una cura). Los cambios en el estilo de vida o en la dieta no curarán la diabetes tipo 1, pero sí podrán mejorarla.
- 2. La insulina no es una cura, pero es el único tratamiento que hay.** Las personas con diabetes tipo 1 no pueden vivir sin la insulina.
- 3. Se necesita mucho trabajo para controlar la diabetes.** Los niños con diabetes tipo 1 generalmente se ven sanos. Eso es porque ellos y sus familias están trabajando duro para mantener los niveles de azúcar en la sangre en un rango objetivo. Lo hacen al revisar los niveles con frecuencia, recibir sus inyecciones de insulina y actuar rápidamente cuando es necesario, como administrar la insulina cuando tienen niveles altos de azúcar o comer un bocadillo debido a la actividad física adicional.
- 4. La tecnología es útil, pero no funciona por sí sola.** Algunos estudiantes usan bombas de insulina para inyectársela. Una bomba es otra manera de administrar la insulina, y su uso es una decisión personal. Otros estudiantes utilizan monitores continuos de glucosa (CGM), que hacen lecturas de la glucosa cada unos cuantos minutos. Ninguno de estos dispositivos funciona por sí solo. Las personas, aún así, tienen que monitorear cuidadosamente el azúcar en la sangre, el consumo de comida y la actividad, deben tomar decisiones sobre la cantidad de insulina que se deben administrar y cuándo hacerlo, y monitorear los sitios de infusión de la bomba.
- 5. Los niveles de azúcar en la sangre pueden cambiar rápidamente.** Es importante revisar el azúcar en la sangre con frecuencia porque hay muchos factores que pueden hacer que cambie de un minuto a otro.
- 6. El nivel bajo de azúcar en la sangre necesita atención inmediata.** Si un estudiante se siente débil, o usted sospecha que un estudiante está débil, debe actuar de inmediato. No deje al estudiante solo. Revise el azúcar en la sangre y dele azúcar de acción rápida según sea necesario.
- 7. El nivel alto de azúcar en la sangre ocasiona ir varias veces al baño.** Cuando los niveles de azúcar en la sangre son altos, el cuerpo trata de eliminar el exceso de glucosa (azúcar) a través de la orina. Los niños con diabetes tipo 1 siempre deben tener acceso ilimitado al baño. Es necesario analizar su orina para detectar las cetonas, si su azúcar en la sangre está elevado.
- 8. Los niños con diabetes pueden celebrar.** A menos que tengan alergias o intolerancias a las comidas, los estudiantes con diabetes pueden comer cualquier cosa que otros puedan, siempre y cuando reciban la dosis correcta de insulina y cubran el azúcar adicional. Si se planifica con anticipación, el personal escolar puede asegurarse de que los niños con diabetes sean incluidos en actividades en las que se den golosinas especiales.
- 9. Incluso los estudiantes que son independientes pueden necesitar ayuda para controlar la diabetes.** A medida que los estudiantes crecen, asumen un mayor control de su diabetes. Sin embargo, todavía necesitan ayuda de vez en cuando, especialmente si su nivel de azúcar en la sangre es bajo (hipoglucemia) o muy alto (hiperglucemia).
- 10. Los niños con diabetes quieren ser como todos los demás.** Al igual que los demás estudiantes, los que tienen diabetes tipo 1 quieren encajar en su entorno. No quieren ser señalados por su enfermedad. Trabajar con los estudiantes y las familias para garantizar que los niños puedan controlar su diabetes y aún sentirse incluidos es un papel importante para el personal escolar.

Tomado de Diabetes@School