

## día mundial de la diabetes

### 14 de noviembre

*El Día Mundial de la Diabetes (DMD) es la campaña de concienciación sobre la diabetes más importante del mundo. Fue instaurado por la Federación Internacional de Diabetes (FID) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 1991, como respuesta al alarmante aumento de los casos de diabetes en el mundo. La enfermedad impone ciertas demandas de por vida a los 366 millones de personas que viven con diabetes y a sus familias. Además la FID estima que más de 300 millones de personas en el mundo están en riesgo de contraer diabetes tipo 2.*

#### ¿QUÉ ES LA DIBETES?

##### Definición

La diabetes mellitus son un grupo de enfermedades metabólicas caracterizadas por niveles de azúcar (glucosa) en sangre elevados. A la glucosa que circula por la sangre se le llama glucemia.

El aumento de glucemia es el resultado de defectos en la secreción de insulina, en su acción o en ambas. La insulina es una hormona que fabrica el páncreas y que permite que las células utilicen la glucosa de la sangre como fuente de energía.

Un fallo en la producción de insulina, de la acción de la misma, o de ambas cosas, generará un aumento de los niveles de glucosa en la sangre (hiperglucemia). De no controlarse adecuadamente, a largo plazo, la presencia continua de glucosa alta en la sangre puede provocar alteraciones en la función de diversos órganos, especialmente los ojos, los riñones, los nervios, el corazón y los vasos sanguíneos.

Esto se puede evitar realizando el tratamiento de la diabetes correctamente basado en:

EDUCACIÓN  
DIABETOLÓGICADIETA  
INSULINA  
EJERCICIO

AUTOCONTROL

##### Síntomas

- Poliuria, necesidad de orinar muchas veces.
- Polidipsia, necesidad de beber con frecuencia.
- Polifagia, necesidad o deseo de comer.
- Pérdida de peso.
- Fatiga.
- Irritabilidad.
- Visión borrosa.

##### Tipos de diabetes

###### 1. Diabetes tipo 1

La diabetes tipo 1 es una de las enfermedades crónicas infantiles más frecuentes. Ocurre porque el páncreas no fabrica suficiente cantidad de insulina.

Las personas con diabetes tipo 1 pueden llevar una vida normal y saludable mediante una combinación de terapia diaria de insulina, estrecha monitorización, dieta sana y ejercicio físico habitual.

###### 2. Diabetes tipo 2

Es el tipo más común de diabetes. Suele aparecer en adultos. En la diabetes tipo 2, el organismo puede producir insulina pero, o bien no es suficiente, o el organismo no responde a sus efectos, provocando una acumulación de glucosa en la sangre.

###### 3. Diabetes Mellitus Gestacional

Es la que se diagnostica por primera vez a una mujer durante el embarazo.

## LA DIABETES EN LA ESCUELA

*A uno de cada cuatro padres le han puesto algún problema en el colegio cuando han sabido que su hijo tiene diabetes: el 6% no ha sido admitido, el 12% ha tenido que cambiar de colegio y el 13% ha recibido algún trato de discriminación.*

El niño o adolescente diagnosticado de diabetes, es sobre todo, un niño que posee un gran potencial de desarrollo y al que hay que dar todas las ayudas necesarias para que su progreso educativo se vea afectado lo menos posible por su enfermedad.

Para lograr este objetivo es necesaria la mejor integración posible en los diferentes contextos en los que se desenvuelve: individual, familiar, social y escolar. Estos deben adaptarse a sus necesidades de tratamiento médico y educativo.

Es importante afrontar el impacto que tiene la diabetes en el niño en la escuela, en la medida de que incide en su calidad de vida la integración social y su desarrollo. Por un lado, hay que garantizar un control y un tratamiento adecuados de la diabetes cuando el niño está fuera de casa. Por otro, hay que facilitar soporte al niño para que desarrolle su personalidad y consiga una buena aceptación de la enfermedad.

### ¿QUÉ PODEMOS HACER DESDE LA ESCUELA?

#### 1. Reunión con los padres:

Es esencial que la escuela (director, tutor, profesores) mantenga un contacto personal con los padres. En esta reunión los padres explicarán (con la ayuda de personal sanitario si hace falta) las atenciones que puede requerir la diabetes del niño:

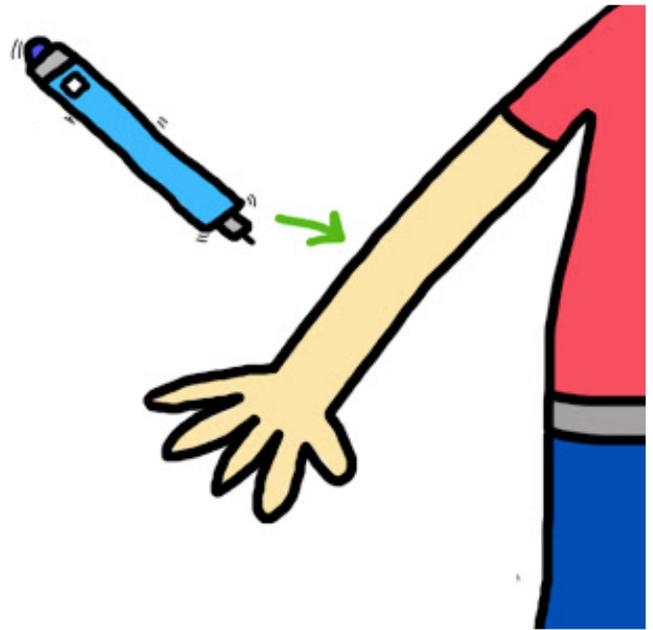
- Hipoglucemias
- Horario de las comidas
- Ejercicio y actividad física
- Contactos de urgencia
- Información sobre la diabetes

#### 2. Información para el personal de la escuela:

- Hay que asegurarse que todo el personal de la escuela sepa que hay un niño con diabetes.
- Hay que establecer en qué lugar se colocará la glucosa de absorción rápida (en el aula del niño y en un sitio accesible). Los profesores y el personal han de conocer los síntomas y el tratamiento de la hipoglucemia.
- Hay que asegurarse que el profesorado y el personal conocen la importancia de NO dejar que el niño vaya solo a ningún sitio para tratarse un episodio de hipoglucemia.
- Asegurarse que el profesorado y el personal sepan que el niño puede participar en todas las actividades escolares, incluyendo las salidas y excursiones con la escuela.

#### 3. El uso de las fichas escolares:

- a) La FICHA DE REGISTRO: Debe contener el nombre y apellidos, la fecha de nacimiento, el curso que realiza y la fecha de inicio de la diabetes; teléfonos de contacto, de su médico, del hospital. También la descripción de algunos síntomas cuando aparecen hipoglucemias.



- b) La FICHA DE ALIMENTACIÓN: Dirigida a los supervisores del comedor, el personal de cocina y las personas que tengan al niño a su cargo durante las comidas. Deben valorarse dos aspectos: la cantidad de alimentos con hidratos de carbono ingeridos y la importancia de la regularidad de las comidas e ingestas.
- c) La FICHA DE ACTIVIDAD FÍSICA: Es para el personal que supervisa las sesiones de ejercicio y actividades físicas. Hay que prepararse para la actividad (realizar autocontroles) y valorar las posibles hipoglucemias.
- d) La FICHA DE SALIDAS Y EXCURSIONES: Para el personal responsable de la organización de una excursión. Tener en cuenta el programa individual de cada niño con la diabetes. Se debe valorar si la salida es para un día, o para más, o viajes largos. Comprobar el material que el niño tiene que llevar y el del personal.

La mejor solución pasa por tener un PLAN SANITARIO INDIVIDUALIZADO de cada niño con diabetes en la escuela, y disponer de una enfermera en cada colegio a jornada completa.

Para luchar contra la DISCRIMINACIÓN DEL NIÑO CON DIABETES EN LA ESCUELA, hay que EDUCAR al personal de la escuela y a los compañeros de clase, hay que NEGOCIAR la obtención de un PLAN SANITARIO INDIVIDUALIZADO de cada niño y la existencia de una ENFERMERA A TIEMPO COMPLETO en la escuela.

#### Más información:

- <http://www.fundaciondiabetes.org/>
- <http://www.idf.org>
- <http://www.diabetes.org>

**Imma Badia Camprubí**  
Secretaria de Salud Laboral  
FEUSO

