



# Libros Virtuales IntraMed



## DIABETES para niños, adolescentes y sus familiares

### ADOLESCENCIA Y SEXUALIDAD

La educación sexual que los adolescentes reciben en casa y en la escuela es muy, muy importante.

Todos deben cuidarse del contagio de enfermedades usando preservativo y

evitar el embarazo usando los métodos anticonceptivos que los médicos recomienden en cada caso.

PERO:

Las MUJERES deben saber que cuando hay diabetes SIEMPRE debe tenerse en cuenta el EMBARAZO PROGRAMADO.

Embarazo programado significa que la mujer y su médico deben saber cuándo quiere y puede quedar embarazada porque esto garantiza que en el embarazo no haya problemas y todo salga bien tanto para el bebé como para la mamá.

Los VARONES deben saber que la glucemia alta durante mucho tiempo puede provocar impotencia sexual desde edades muy tempranas. Esto se puede evitar con una diabetes bien controlada.

### Diabetes en la escuela

Los niños diabéticos necesitan en la escuela, un poquito más de atención que los no diabéticos, por parte de los maestros y resto del personal.

Por ejemplo, si son muy pequeños, no siempre saben reconocer con facilidad algunos problemas como los síntomas de hipoglucemia, hiperglucemia o cetoacidosis.

Es muy conveniente que, antes de comenzar las clases, los padres se entrevisten con los maestros y profesores de Educación Física (ver capítulo de Actividad Física), y les expliquen los cuidados y atenciones que sus hijos necesitan.

Los maestros deben saber qué hacer en caso de emergencia como es una hipoglucemia, cómo ubicar SIEMPRE y FACILMENTE a los padres si es necesario y dónde llevarlos si requieren asistencia médica.

Los niños que asisten a doble escolaridad, almuerzan en la escuela y necesitan aplicarse insulina antes de dicha comida, deben ser supervisados tanto en el automonitoreo glucémico previo como en la correcta y real aplicación de la insulina (algunos niños pueden simular su aplicación, especialmente los que tienen problemas emocionales y no aceptan su enfermedad).

Aquí mostramos una carta que puede ser copiada para cada maestro.

### Carta a los maestros

Estimado maestro:

\_\_\_\_\_ tiene diabetes tipo 1 ó insulino dependiente). Esto no interfiere con su actividad normal, incluyendo la actividad física.

De todas maneras, puede ser necesario, para el o la alumno/a, ingerir una colación antes o después de un ejercicio vigoroso. También puede ser útil, una colación en el colegio, para balancear la acción de la insulina, y mantener una glucemia (azúcar en sangre) lo más cerca posible a los valores normales.

Los maestros y el personal educativo deben conocer los signos y síntomas de la hipoglucemia o bajón de azúcar:

- ❖ Mareo
- ❖ Confusión
- ❖ Temblor
- ❖ Palidez
- ❖ Sudor
- ❖ Cefalea
- ❖ Adormecimiento
- ❖ Imposibilidad de concentrarse
- ❖ Cambio de carácter: Llanto, grito, risa en un momento inapropiado

Cuando estos signos ocurren, el tratamiento debe ser inmediato, ya que con el paso del tiempo, estos empeoran. Se debe dar comi-

---

---

das o bebidas azucaradas, como jugo de frutas, gaseosas no dietéticas, azúcar o miel. Si la sintomatología no cede en 10 minutos, repetir el mismo tratamiento. Dentro de los próximos 15 minutos debe comer la comida correspondiente, o en su defecto otra colación, preferentemente leche o queso. Nosotros aconsejamos a los pacientes que lleven consigo tabletas de glucosa para tratar los episodios de hipoglucemia.

Las hipoglucemias severas llevan a la pérdida de la conciencia y convulsiones. Esto debe ser resuelto con urgencia, llevando al alumno/a a la guardia del sanatorio que le corresponda.

Los signos y síntomas de azúcar alta en sangre o hiperglucemia, son:

- ❖ Micciones frecuentes
- ❖ Sed excesiva
- ❖ Cansancio

Se debe notificar a los padres si esto ocurre, ya que se deberá adecuar la dosis de insulina. Desde ya les estamos muy agradecidos y si tienen alguna duda o pregunta al respecto pueden consultar con el médico diabetólogo del alumno.