

1. Diabetis infantil

Què és

Es tracta d'una malaltia crònica que en els infants i en els joves s'origina per la manca de producció d'insulina en el pàncrees. Aquesta hormona és essencial perquè el menjar pugui ser aprofitat com a font d'energia. Si no se'n produeix, se n'ha d'administrar per via parenteral.

La diabetis es pot controlar amb l'alimentació i l'exercici físic adequats i amb el tractament amb insulina.

- ◆ És important no fer sentir especial l'alumne diabètic ni tenir-lo al marge de les activitats que fa el centre educatiu.
- ◆ Tot el personal del centre ha d'estar informat de quins alumnes pateixen diabetis i ha de saber les pautes d'actuació i disposar del material necessari per atendre'ls sol·licitant-lo a la família o al centre de salut corresponent.

Les complicacions agudes de la diabetis són la hiperglucèmia (elevació del nivell de glucosa a la sang per damunt les xifres normals) i la hipoglucèmia (concentració anormalment baixa de glucosa a la sang). La hipoglucèmia és una situació d'emergència, però la hiperglucèmia pot no ser-ho.

Signes i símptomes de la hiperglucèmia

- o Poliúria: miccions freqüents i abundants.
- o Polidípsia: set constant.
- o Gana inusual.
- o Astènia: cansament no relacionat amb l'activitat física.
- o Nàusees, vòmits o dolor abdominal.
- o Pell i llengua seques, picor i irritacions de la pell.

Les hiperglucèmies agudes que requereixen una actuació immediata poden presentar, a més, símptomes més alarmants, com ara confusió, desorientació, etc.

Actuació

1. Acomodau la víctima i no la deixeu tota sola.
2. Mesurau-li la glucèmia per confirmar que es tracta d'una hiperglucèmia.
3. Si es confirma la hiperglucèmia, donau-li líquids no ensucrats i avisau la seva família.
4. Tanmateix, avisau la seva família i el 061 si observeu signes o símptomes alarmants.

Si l'alumne duu un infusor continu d'insulina (ISCI), s'han de seguir les instruccions següents:



Signes i símptomes de la hipoglucèmia:

- o Canvis d'humor sobtats o comportament diferent de l'habitual.
- o Suor freda i pal·lidesa.
- o Tremolor fina o nerviosisme.
- o Palpitacions.
- o Sensació de gana, mareig o nàusees.
- o Síntomes neuroglucopènics: mal de cap, confusió, alteracions de la vista, sensació d'acalorament, alteracions del comportament, descoordinació, convulsions, coma, entre d'altres.

Actuació

1. Acomodau la víctima i no la deixeu tota sola.
2. Mesurau-li la glucèmia per confirmar que es tracta d'una hipoglucèmia.
3. Si es confirma la hipoglucèmia:
 - Avisau el 061 i seguïu les indicacions que us donin.
 - Cal corregir la descompensació administrant-li glucosa (un sobre de sucre, una beguda ensucrada, etc.) si pot enviar-se aliments, seguint la pauta del seu pla d'actuació d'hipoglucèmia als centres educatius (Alerta Escolar). No li doneu cap altre tipus d'aliment, ja que pot provocar que l'absorció de glucosa sigui més lenta.
 - Si la víctima està inconscient:
 - o No li administreu res per via oral.
 - o Administra-li glucagó per via intramuscular o subcutània (es determina la dosi segons l'edat). L'administració de glucagó no implica cap risc (vegeu l'annex 1).
 - o Repetiu l'administració de glucagó si al cap de 10 o 15 minuts no ha recuperat la consciència.
 - o Si recupera la consciència, proporcionau-li glucosa per via oral per evitar una recaiguda.
 - Avisau la seva família.

Recomanacions generals

- o A l'hora de fer exercici físic:
 - L'activitat física regular de caràcter aeròbic, l'alimentació adequada i la medicació adient són els aspectes que contribueixen a mantenir un bon control de la diabetis.
 - L'alumne no ha de presentar símptomes de la malaltia a l'hora de fer exercici físic.
 - S'ha d'injectar la insulina en zones allunyades dels grups musculars que han de treballar més. Cal que l'alumne amb diabetis sàpiga el programa que es farà a la sessió d'educació física per poder triar el lloc de punció de la insulina segons la previsió d'exercici físic.
 - Per evitar riscos, s'ha d'evitar l'activitat física si no es fa un bon control de la diabetis.
- o Si l'alumne amb diabetis manifesta necessitat de menjar, se li ha de permetre fer-ho.
- o El centre educatiu ha d'assegurar les condicions de conservació de la medicació (el glucagó s'ha de conservar refrigerat entre 2 °C i 8 °C).

Informació ampliada sobre la diabetis:

<http://weib.caib.es/Recursos/diabetis_escola/guia.htm>

<http://www.caib.es/sites/diversitat/ca/materials_programa_alerta_escolar/>

<<https://www.youtube.com/watch?v=3UENGXaZB24>>