

MEDIDAS ANTE ALUMNADO CON DIABETES INSULINODEPENDIENTE

Elaboración de un **plan de actuación e intervención** con las instrucciones que aportan la familia y la información de las acciones que tomará el centro en caso de incidente: será firmado el acuerdo con las mismas por ascendientes o tutores legales. (**concretar**: signos de alerta, autoanálisis, inyecciones, aporte de glucagón y control de caducidad, teléfono de contacto y de Unidad de Diabetes tipos de alimentos, cantidades, horarios, actividades extraescolares, celebraciones, salidas...)

- **ESCRITO** de los tutores legales para eximir de responsabilidad de un fallo en la administración de las inyecciones de insulina o glucagón.
- **ACTUACIÓN ANTE EL EJERCICIO**: (El ejercicio aumenta el consumo de glucosa pero también la sensibilidad a la insulina a medio plazo, hasta 18 h. después)
 - ANTES DEL EJERCICIO: determinación de glucemia

< 70 mg/dl	NO
70 - 100mg /dl	ALIMENTOS
200 mg/dl	NORMAL
> 250 mg/dl	NO

Si el ejercicio es prolongado: suplemento de 10-15 gr./30 min de Hidratos de Carbono (galletas, picos..)

- DURANTE EL EJERCICIO: acceso a glúcidos

- DESPUÉS DEL EJERCICIO: control de glucemia

En caso de planificar ejercicio prolongado avisar a padres para que disminuyan la dosis insulina.

• **SITUACIONES ESPECIALES:**

- **En celebraciones y actividades extraescolares**, avisar a los padres y consensuar las necesidades y actuaciones (p.e. en cumpleaños que aporten alimentos adaptados (caramelos, dulces, etc..), previsión de necesidad de glucometría, inyección...)
- **Vómitos, fiebre y/o diarrea**: control de glucemia y avisar a padres y Urgencias;
en vómitos dar Coca-Cola fría (no light) desgasificada (batirla), a pequeños sorbos.

MEDIDAS ANTE HIPERGLUCEMIA

- **SIGNOS:** se siente mal, dolor de cabeza, adormecimiento, mucha sed y necesidad de orinar.
- **ACTUACIÓN:** - dar líquidos **sin hidratos de carbono** (AGUA)
 - control de GLUCEMIA; si es alta, avisar a familia y Urgencias; si lo precisa, insulina

- AGUA
- GLUCEMIA
- AVISAR
- INSULINA

MEDIDAS ANTE HIPOGLUCEMIA

SÍNTOMAS DE HIPOGLUCEMIA: (concretar los SIGNOS DE ALERTA en cada caso)

- **Inicialmente:** sensación de hambre, dolor de cabeza, sudoración fría, cambio de carácter, temblores, dolor abdominal
- **Si no se corrige:** dificultad para pensar o hablar, comportamientos extraños, visión borrosa, adormecimiento, mareos
- **Descenso pronunciado:** alteraciones de la conciencia, convulsiones y coma.

ACTUACIÓN ANTE SOSPECHA DE HIPOGLUCEMIA: comprobar la GLUCEMIA capilar

SI SE SOSPECHA Y NO SE PUEDECOMPROBAR: TRATAR COMO HIPOGLUCEMIA CON URGENCIA

ACTUACIÓN ANTE HIPOGLUCEMIA: (con glucemia 65-75 mg/dl: 5 gr. H.C. de absorción lenta)

- **Conciencia no alterada: 1.-** Dar por boca 10-15 gr. Hidratos de Carbono sencillos:
 - 2 pastillas de glucosa
 - 2 terrones de azúcar
 - 100 cc zumos o refrescos (no light)
 - 200 cc leche DESNATADA (un vaso)
- 2.- Nueva medición de glucemia a los 10 - 15 min.:**
 - Normalizada: dar 10-15 gr Hidratos de Carbono de absorción lenta:
 - 20 gr de pan
 - 3 galletas María
 - 1 vaso de leche ENTERA
 - 2 yogures naturales
 - 1 pieza de fruta
 - Continúa baja: volvemos al punto 1
- **Pérdida de conciencia:** - NO DAR NADA POR BOCA
 - inyección de GLUCAGÓN (intramuscular o subcutánea): < 2 años, 1/4 de ampolla
2-6 años, 1/2 ampolla
> 6 años, 1 ampolla
 - AVISAR A PADRES Y UNIDAD DE DIABETES O URGENCIAS