

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 la 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'alumnat amb diabetis 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 de 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

- Poliúria: miccions freqüents i abundants.
- Polidípsia: set constant.
- Gana inusual.
- Astènia: cansament no relacionat amb l'activitat física.
- Nàusees, vòmits, dolor abdominal.
- 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

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

Signes i símptomes de la hipoglucèmia

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

Actuació

- Acomodau la víctima i no la deixeu tota sola.
- Mesurau-li la glucèmia per confirmar que es tracta d'una hipoglucèmia.
- Si es confirma la hipoglucèmia:
 - Avisau el 061 i seguïu les indicacions que us hi donin.
 - Cal corregir la descompensació administrant-li glucosa (un sobre de sucre, una beguda ensucrada...) si pot empassar-se aliments. 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:
 - No li administreu res per la boca.
 - Administra-li glucagó per la via intramuscular o subcutània (es determina la dosi segons l'edat). L'administració de glucagó no implica cap risc (vegeu l'annex 9, pàg. 95).



- Repetiu l'administració de glucagó si al cap de 10 o 15 minuts no ha recuperat la consciència.
- Si recupera la consciència, proporcionau-li glucosa per la boca per evitar una recaiguda.
- Avisau la seva família.

Recomanacions generals

- 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 depenent de 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.
- Si l'alumne amb diabetis manifesta necessitat de menjar, se li ha de permetre fer-ho.
- 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://www.caib.es/govern/sacfitxa.do?estua=216294&lang=ca&codi=417839&coduo=216294>
 - http://weib.caib.es/Recursos/diabetis_escola/guia.htm