

Los maestros y los encargados de cuidar niños, se enfrentan en algún momento de su carrera con tener a su cargo a un niño o joven con diabetes mellitus tipo 1 o diabetes juvenil, es por eso que ofrecemos información sobre este padecimiento y algunos de sus cuidados.

### ¿Qué es la Diabetes Mellitus tipo 1?

La DMT1 llamada también juvenil o insulino dependiente, es una enfermedad autoinmune en que el propio cuerpo destruye las células beta productoras de insulina en el páncreas. La insulina se requiere para usar la glucosa que es el azúcar simple en que los alimentos se desbaratan en el aparato digestivo para poder ser aprovechados por nuestro cuerpo y los convierte en energía para poder, pensar, respirar, y hacer cualquier otra actividad. Sin insulina el cuerpo se muere de hambre y se seca, es importante hacer notar que **TODOS SOMOS INSULINO DEPENDIENTES**. Las personas sin diabetes producen su propia insulina en su páncreas, las personas con diabetes se inyectan la insulina.

Recomendaciones a los maestros para un buen control de la diabetes en niños: **MUY IMPORTANTE.**

- 1) No es contagiosa
- 2) No es curable
- 3) Es controlable (con monitoreos continuos, alimentos, insulina, ejercicio y capacitación)
- 4) Dejar que el alumno se cheque (auto monitoreo) las veces que el alumno lo necesite en el lugar en donde este (pueden ser varias veces en un día)
- 5) Si el alumno tiene 70 mg/dl de azúcar (glucosa) o menos permitirle comer inmediatamente algo, en donde se encuentre (nunca inyectar insulina en este caso)
- 6) Si el alumno presenta 250 mg/dl de glucosa dejarlo inyectarse insulina en donde se encuentre
- 7) **SI presenta palidez, somnolencia, mirada perdida, temblores, labios morados, distracción, irritabilidad y/o hambre darle inmediatamente, jugo de frutas o refresco normal (No Light) o gel de glucosa) y luego alimento solido, No moverlos de lugar, ni que hagan algún esfuerzo fisico, hasta que se normalice, No inyectar insulina, Llamar a sus padres y/o su medico.**
- 8) Ejercicio: primero tiene que chequearse antes de hacer ejercicio. No pueden realizar ninguna actividad fisica si tienen 70 o menos de glucosa o mas de 250 gm/dl
  - a) Menos de 70 mg/dl comer medio sándwich y una fruta antes y esperar 15 minutos
  - b) Mas de 250 mg/dl inyectar 1 o 2 unidades de insulina y esperar 15 minutos para poder hacer ejercicio.
- 9) Permitir al alumno cada vez que lo solicite comer, tomar agua e ir al baño, esto por las mismas necesidades que tiene este padecimiento.
- 10) Los niños con diabetes tienen que estar en control medico continuo, y asistir a platicas que les dan las armas para conocer mas sobre su enfermedad y aprender a vivir con ella por lo que es muy importante que asistan, en ocasiones estas interfieren con su horario de clases, por eso rogamos a los maestros permitirles acudir a las mismas, y que ellos entreguen un comprobante medico.
- 11) Algunos maestros piensan que algunos alumnos con diabetes pretenden andar bajos o altos de la glucosa para salirse del salón o no hacer sus actividades, esto es falso ya que estos niños generalmente quieren sentirse normales y no quieren ser tratados diferente a otros niños.
- 12) En general los niños con diabetes están entrenados para manejar su diabetes, por si mismos, requieren ayuda de alguien si el niño no pudiera por una baja de azúcar drástica, por ser muy pequeño, por que esta convulsionando o desmayado.
- 13) Los niños con diabetes no son raros, ni diferentes a otros niños, solo no funciona bien su páncreas y se tienen que chequear y a veces inyectar, ELLOS no quieren ser tratados con lastima, ni con rechazo, solo quieren vivir lo mas normal posible, con las mismas exigencias en cuanto exámenes, tareas y calificaciones como cualquier otro alumno.
- 14) Maestros mil gracias por su apoyo y solidaridad con nuestros niños, si usted desea conocer mas sobre este padecimiento, contáctenos por cualquiera de nuestros medios.

NOTA: Pedimos a los maestros y directivos manejar esta información con discreción para no afectar el trato hacia los pacientes por parte de otros alumnos.

Su agradecido servidor

**Gerardo García Sandozequi**

Fundador y presidente

Valle de las Rosas # 2055 Col. Jardines del Valle C.P. 45138 Tel. (33) 38-32-34-36 RFC FEN0806215T9

Cel. 044 (33) 34-41-40-16

[www.lafundacionesperanza.org](http://www.lafundacionesperanza.org)

[gerardo@lafundacionesperanza.org](mailto:gerardo@lafundacionesperanza.org)