

# El Niño con Diabetes en el Colegio



Grupo de Trabajo de Diabetes  
de la

Sociedad Española de Endocrinología Pediátrica

C. Luzuriaga, M. Oyarzabal, I. Rica, M. Torres, R. Barrio,  
F. Hermoso, B. García, A. Gómez, I. González,  
M.J. López y M. Rodríguez

# ¿Qué es la Diabetes?

La diabetes mellitus tipo 1 (DM1) es una enfermedad que origina un aumento de las cifras de glucosa (azúcar) en sangre. Se debe a la falta de una hormona liberada por el páncreas llamada insulina.

El tratamiento de la DM1 en los niños precisa de la inyección de insulina, y del control adecuado de la dieta y del ejercicio.

La insulina disminuye la cantidad de glucosa en sangre. Debe inyectarse varias veces al día, habitualmente antes de las comidas principales, en función de la cantidad de alimentos y de los niveles de glucosa.

El niño ha llevar siempre su medidor de glucosa en sangre.

Los alimentos aumentan la cantidad de glucosa en sangre. No es aconsejable que los niños con diabetes tomen alimentos que contengan "azúcar" ni que coman entre horas.

El ejercicio físico disminuye la glucosa en sangre. El niño con diabetes puede hacer el mismo ejercicio que el resto de sus compañeros. Ante un ejercicio "extra" debe tomar alimentos suplementarios. El ejercicio físico sólo estará contraindicado cuando el nivel de glucosa esté bajo o elevado.



# ALIMENTACIÓN

- ② La alimentación del niño con diabetes debe ser equilibrada y semejante a la de cualquier niño de su misma edad.
- ② Los hidratos de carbono son muy importantes y deben estar presentes en todas las comidas para mantener los niveles de glucosa en sangre.
- ② Los hidratos de carbono pueden ser de absorción lenta (pan, pasta, arroz, cereales...) o rápida (azúcar, zumos de frutas...). Éstos últimos se utilizan en caso de hipoglucemia.
- ② Debe respetarse el horario de las comidas, principalmente en los más pequeños, para evitar la bajada del nivel de glucosa.
- ② Se recomienda facilitar el menú semanal a los padres para hacer rectificaciones puntuales, si fueran necesarias.



# HIPERGLUCEMIA

La hiperglucemia se define como el aumento de los niveles de glucosa en sangre.

## Causas más habituales:

Recibir menos insulina de la necesaria  
Haber ingerido más hidratos de carbono  
Presentar una enfermedad infecciosa

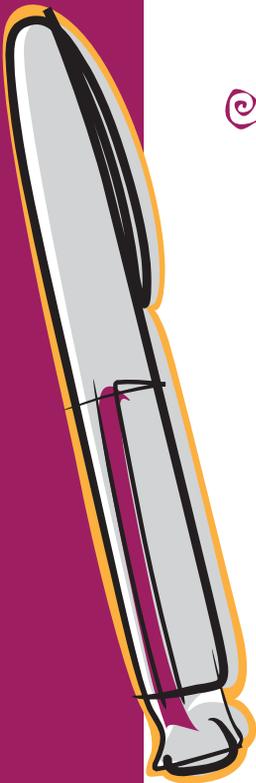
## Síntomas más frecuentes:

Sed intensa, necesidad de orinar con más frecuencia y cansancio. Otros: dolor de cabeza o abdominal, vómitos, "calambres" en las piernas

## Tratamiento:

1.- Si tras realizar un control de glucemia se detectan cifras elevadas se deberá administrar una dosis de insulina suplementaria según la pauta de tratamiento de cada niño (ver ficha personal)

2.- Si aparecen síntomas derivados de esta situación (vómitos, malestar general...) se debe contactar con los padres y/o equipo sanitario.



# HIPOGLUCEMIA

La hipoglucemia es la **disminución de los niveles de glucosa en sangre**. En niños con diabetes se considera hipoglucemia un nivel inferior a 70 mg/dl.

## Causas más habituales:

- Dosis de insulina demasiado alta
- Ejercicio físico excesivo
- Ingesta de pocos hidratos de carbono
- Vómito o diarrea intensa que impida la absorción de los alimentos
- Retraso en el horario de las comidas



# HIPOGLUCEMIA

🌀 Síntomas frecuentes (muy variables según cada niño):  
palidez, sudor frío, temblor, hambre, alteración del  
comportamiento (irritabilidad....)

En casos severos somnolencia con posibilidad de pérdida  
del conocimiento y convulsión.

🌀 Tratamiento:

1.- Si hipoglucemia con síntomas o glucosa inferior a 60  
mg/dl administrar agua con azúcar, zumo de frutas u otra  
bebida azucarada o Glucosport®. Repetir el control en 10  
minutos hasta que el nivel de glucosa haya aumentado.

2.- Una vez el niño/a esté recuperado se deben dar  
hidratos de carbono de absorción lenta.

3.- En los casos más graves en los que exista pérdida de  
conciencia, no se debe dar nada al niño por boca, y es  
necesario administrar una hormona llamada glucagón con  
autorización previa escrita de los padres/tutores.



# HIPOGLUCEMIA

El glucagón se puede inyectar por vía subcutánea o intramuscular. Cualquier adulto responsable (profesor o sanitario) puede administrarla, ya que se trata de un tratamiento urgente pero sencillo y que no implica ningún riesgo para el niño.

La dosis dependerá de la edad y peso del niño pero en general se recomienda 1/2 vial en menores de 7 años y 1 vial a partir de esta edad.

Los padres deben facilitar el glucagón a la escuela junto con la indicación médica para su administración. El glucagón debe guardarse refrigerado en nevera.



# RECUERDE

- ① Desde la escuela se puede colaborar en el control y bienestar del niño con diabetes.
- ① El niño con diabetes debe ser tratado igual que sus compañeros.
- ① Se le debe permitir acudir al baño a beber u orinar cuando lo necesite.
- ① Los horarios de las comidas han ser respetados de acuerdo con su pauta de insulina.
- ① La hipoglucemia ha de ser solucionada con rapidez. Tengan azúcar siempre a mano.
- ① El ejercicio intenso o prolongado aumenta el riesgo de hipoglucemias.
- ① El diálogo e intercambio de conocimientos entre la familia y el profesorado es fundamental para el control y tratamiento de la diabetes en el colegio.

