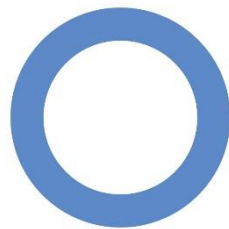




14 DE NOVEMBRO DE 2017
DÍA MUNDIAL DA DIABETE





1. INTRODUCCIÓN

A diabetes mellitus tipo I (DMI) constitúe un problema de saúde crónico cada vez máis frecuente. A afectación de nenos e adolescentes, ademais das connotacións afectivas que a todos nos afectan, implica a creación de situacións potencialmente complexas e a posibilidade de aparición de complicacións en idades temperás, ás que hai que dar resposta e previr.

No noso ámbito, é a segunda enfermidade crónica máis frecuente na infancia e na adolescencia (a primeira é a asma). A DM1 non afecta en absoluto nin ás capacidades intelectuais, nin de aprendizaxe, nin de adquisición de habilidades, de forma que a condición de persoa con DM1 non impide ao neno e ao adolescente seguir os seus estudos con plena normalidade, sempre e cando se teñan en conta unha serie de necesidades destes nenos/as derivadas dos seus niveis glicémicos puntuais.

A escola, é un dos ámbitos máis importantes para o neno/nena/adolescente con DM1, pois é onde pasa a meirande parte do día, onde tamén necesitan seguir controlando a súa enfermidade e ter a seguridade de que se van previr as posibles situacións agudas e complicacións que puidesen presentarse, por iso resulta necesario que os distintos membros da comunidade educativa contén con coñecementos e habilidades suficientes para proporcionar un contorno escolar seguro. Resulta esencial que, para facilitar a axeitada atención no centro educativo, todo o persoal teña a formación axeitada en DM1 en xeral e, especialmente, na atención ás urxencias e emerxencias que puidesen presentarse.

Polo momento, a DM1 non ten cura, pero pode controlarse mediante insulina, exercicio físico e unha alimentación axeitada. Pero debemos ter en conta que adoita resultar máis difícil de controlar na infancia e na adolescencia debido aos importantes cambios biolóxicos e psicolóxicos que ocorren durante estes períodos. Estas circunstancias especiais na infancia e na adolescencia precisan dun ambiente familiar, educativo e social moi coidado, que lles permita desenvolverse en equilibrio intelectual e emocional e convivir en igualdade na nosa sociedade. Atendendo a isto debemos considerar e ter sempre presente que o proceso de escolarización constitúe un aspecto fundamental dos nenos/as e adolescentes, xa que incide na súa calidade de vida, integración social e desenvolvemento persoal.

2. ANEDIA

A asociación de nenos e nenas con diabetes de Galicia, ANEDIA, nace no ano 2013 impulsada por un grupo de nais e pais que busca que os seus fillos e fillas reciban a atención sanitaria, educativa e social que necesitan para medrar en igualdade e saúde.

Anedia está inscrita no Rexistro Central de asociacións da Comunidade Autónoma de Galicia co número 2013/017387 sección 1 e ten ámbito autonómico, o que lle permite intervenir en todo o territorio galego.

A preocupación dos membros de ANEDIA é que os menores con diabetes poidan realizar todas as actividades que se lle presentan no día a día en condicións de igualdade e normalidade, polo que entre os seus obxectivos se atopan os seguintes:

- a) Reivindicar a asistencia médica, especializada e multidisciplinar para todos os nenos/as con diabetes.
- b) Instar á Administración Sanitaria e á Administración Educativa para que proporcione tódolos medios necesarios para o auto coidado da diabetes.
- c) Proporcionar información e unha axeitada Educación Diabetolóxica, teórica e práctica, a socios, familiares, escolas e poboación en xeral. Fomentar unha Educación Diabetolóxica de calidade para todos.
- d) Defender os dereitos dos nenos/as con diabetes co fin de conseguir a súa plena integración escolar e social.

Para conseguir estes obxectivos a asociación empezou a traballar inicialmente nos ámbitos sanitario e educativo. A asociación púxose en contacto cos pediatras especializados en diabetes infantil de toda Galicia e con todos os colexios nos que ten constancia que hai algún alumno con esta patoloxía.

Anedia conta cun blog e facebook na Internet no que os seus socios van recollendo algunhas das súas actividades e información de interese para as familias e os nenos/as con diabete.

O enderezo é <http://anediagalicia.blogspot.com.es/> e a páxina da facebook Anedia Galicia.

3. Diabetes e comedor escolar

A evolución positiva da diabetes, pasa polo equilibrio entre a administración de insulina, a práctica regular de exercicio físico e por unha alimentación equilibrada. Estes dous últimos factores, son importantes para todo o alumnado, e así se recollen en diferentes documentos e estratexias como: A estratexia NAOS, estratexia para a nutrición, actividade física e prevención da obesidade, e a OMS (organización mundial da saúde) na súa iniciativa global de saúde na escola.

“Alimentarse de modo sano e adoptar hábitos de vida saudables constitúen unha forte defensa contra a enfermidade en xeral e a diabetes en particular”.

Por esta razón, dentro da escolar, cobran especial relevancia os comedores escolares. É necesario que os monitores e monitoras dos comedores esten informado sobre a enfermidade. Isto permitirá axudar ao neno/nena a superar posibles barreiras e a evitar as discriminacións que poidan darse. O persoal debe saber que é a diabetes, cales son os síntomas dunha hipoglicemia e a maneira de resolvela. Tampouco, polo feito de ter diabetes, deben ser excluídos das actividades que se organicen, a non ser que o médico responsable o indique. É importante que o neno/a e o mozo/a se integre ben no comedor dende o principio.



O neno e a nena con diabetes, como calquera outro cativo necesita realizar unha dieta equilibrada, co correcto balance de nutrientes, a cantidade de hidratos de carbono aportada polo menú, debe ser precisa, polo que no caso da diabetes, hai que empregar o vaso ou o cazo medidor ou a balanza, para que teñamos a seguridade de que o aporte de hidratos é o axeitado.

A nutricionista do pequeno, indicará á familia, cal é o aporte de hidratos que se require, e a súa vez a familia, informará aos responsables do servizo de comedor.

O menor con diabetes, come o mesmo cos seus compañeiros e compañeiras, coa salvedade de que a cantidade de hidratos de carbono, debe axustarse ao indicado pola especialista en nutrición. O resto de nutrientes, proteínas e graxas, responden as recomendacións xerais para os cativos da súa idade.

Debemos recordar a todos os pequenos, a importancia dunha boa alimentación e o feito de que é necesario que se coman todo o que se lles pon no prato, facéndolles ver que o neno e a nena con diabetes, non poden deixar nada sen comer.