

NORMAS DGS

Para orientar a atuação das escolas em relação às crianças e jovens com DM1, a Direção-Geral da Saúde (DGS) elaborou uma norma (norma N.º 003/2012, Data 18/01/2012) onde é referido:

“ (...) O tratamento, indispensável e insubstituível, é a administração de insulina de forma injetável, diariamente, por várias vezes, nomeadamente às refeições (...)”

“ (...) Este tratamento obriga à determinação dos valores de glicemia aquando da sua injeção e sempre que se suspeite de uma redução acentuada dos valores de glicemia (hipoglicemia) (...)”

“ (...) De acordo com a fase de desenvolvimento da criança ou jovem este tratamento poderá estar na dependência dos pais ou outros adultos cuidadores devidamente educados pela sua equipa de saúde (...)”

“ (...) No âmbito da Escola Inclusiva e das crianças e jovens com Necessidades de Saúde Especiais a Escola identifica as situações de alunos com Diabetes tipo 1, a fim de se mobilizarem os recursos para o apoio necessário ao seu bem-estar e à sua inclusão escolar (...)”



Contactos:
Rua Rodrigo da Fonseca, 1
1250-189 Lisboa

Tel.: 213 816 100
e-mail: diabetes@apdp.pt
www.apdp.pt

com o apoio de:



ESTILOS DE VIDA

ESCOLAS

A DIABETES TIPO 1 É A FORMA DE DIABETES MAIS COMUM NAS CRIANÇAS E JOVENS (CERCA DE 95% DOS CASOS).



AS CRIANÇAS E JOVENS COM DIABETES TIPO 1 (DM1) DEVEM TER UMA ESCOLARIDADE ADEQUADA E SEGURA.

ASSIM A PARCERIA ENTRE PAIS / ESCOLA / PROFISSIONAIS DE SAÚDE ASSUME-SE COMO FUNDAMENTAL PARA O BOM ACOMPANHAMENTO, TRATAMENTO E CRESCIMENTO DA CRIANÇA OU JOVEM COM DIABETES TIPO 1.

ESCOLAS



DIABETES

A diabetes é uma doença crónica que se caracteriza por níveis elevados de açúcar no sangue. É uma das doenças mais comuns nas crianças e jovens em idade escolar.

A criança/jovem com diabetes necessita de fazer várias determinações dos valores de açúcar no sangue por dia (glicemias), às refeições ou quando se desconfie que os valores estão muito baixos (hipoglicemia) ou muito altos (hiperglicemia).

No tratamento da diabetes é fundamental também a administração de insulina, diversas vezes por dia, nomeadamente às refeições. Pelo que o tratamento da diabetes precisa de ser realizado durante o período em que a criança/jovem está na escola. A escola, os profissionais de saúde e os pais devem colaborar para que haja uma partilha de informação e competências que garantam o bem-estar e segurança da criança/jovem com diabetes na escola.

HIPOGLICEMIA

Hipoglicemia é uma diminuição dos valores de glicemia para valores <70 mg/dL.

Sintomas – palidez, fome, suores, fraqueza, tremores, palpitações, irritabilidade, dificuldade na concentração.

A hipoglicemia necessita de tratamento imediato através da ingestão de açúcar (1 ou 2 pacotes) ou de sumo com açúcar. Deve-se esperar 5 minutos e repetir a avaliação de glicemia. Se a glicemia subir mas <100 mg/dL, deve-se aguardar mais 5 minutos e reavaliar. Se ainda <100 mg/dL, repete o açúcar e a glicemia de 10 em 10 minutos até chegar aos 100 mg/dL. Se a glicemia descer ingerir imediatamente açúcar ou sumo, esperar 10 min e voltar a fazer o teste. Repetir este procedimento até os valores estarem >100 mg/dL.

Sempre que glicemia >100mg/dL a criança/jovem deve ingerir HC lentos, como por exemplo bolachas, pão, tostas ou a refeição.

NUNCA DEIXAR SOZINHA OU MANDAR PARA CASA UMA CRIANÇA/JOVEM COM HIPOGLICEMIA!!

A Hipoglicemia Grave representa um perigo imediato para a criança/jovem com diabetes.

Sintomas - incapacidade de engolir, alterações da consciência, inconsciência e convulsões.

Importante - posicionar o aluno de lado, contactar alguém com conhecimentos no tratamento da diabetes, administrar Glucagen® e chamar o 112.

HIPERGLICEMIA

Hiperglicemia - é um acentuado aumento dos valores da glicemia >250 mg/dL.

Sintomas - sede, visão turva, náuseas, fadiga e necessidade de urinar.

Deve permitir que o aluno possa recorrer ao WC, que administre insulina e incentivá-lo a pesquisar a glicemia e os corpos cetónicos de 2 em 2 horas.



CORPOS CETÓNICOS NO SANGUE (mmol/l)

<0,6	Negativa
0,6 - 0,9	Positiva
1,0 - 1,4	Positiva
1,5 - 2,9	Positiva
3,0 ou superior	Positiva/ Urgência

CORPOS CETÓNICOS

Corpos cetónicos são substâncias produzidas pelo organismo quando há quantidade insuficiente de insulina ou por doença.

Sintomas - dores de cabeça, náuseas, vômitos, dores abdominais e/ou valores de hiperglicemia persistentes >250 mg/dL. Nestas situações deve-se pesquisar os corpos cetónicos no sangue (cetonemia).

EM CASO DE VÓMITOS E CORPOS CETÓNICOS POSITIVOS - HOSPITAL

Em caso de corpos cetónicos positivos deve-se contactar os pais e seguir as suas indicações ou administrar-se insulina consoante o esquema prescrito pelo médico.

O ALUNO NUNCA DEVE FAZER ATIVIDADE FÍSICA EM CASO DE GLICEMIA CAPILAR >250 MG/DL E CORPOS CETÓNICOS POSITIVOS.

O ALUNO COM DIABETES DEVE-SE FAZER ACOMPANHAR POR:

- Caneta de insulina rápida.
- Máquina de pesquisa de glicose no sangue (glucómetro) e respetivas tiras.
- Máquina de pesquisa de corpos cetónicos no sangue e respetivas tiras.
- Açúcar.
- Bolachas tipo Maria.
- Identificação em que conste que tem diabetes tipo 1.
- Contato dos pais ou responsáveis.
- Contato da equipa de saúde.