

Debés chequear en tu casa:

GLUCEMIA: es la medición de la cantidad de azúcar que tenés en la sangre.



Los instrumentos que necesitás para hacerlo son: Glucómetro, lancetas, dígitopunzor, cuaderno de registro, tiras reactivas.

Estos monitoreos deben hacerse:

- Antes de cada comida (desayuno, almuerzo, merienda y cena).
- O cuando no te sientas bien.

Recordá estas siglas:



Glucemia mayor a 500 o 600 mg/dL.

Glucemia inferior a 10-20 mg/dL.

CETONAS EN ORINA: medilas cuando estés enfermo, tengas vómitos, dolor de panza o tus glucemias sean mayores a 200 mg/dL.

La **diabetes** es una enfermedad que **podés controlar** siguiendo el **tratamiento** adecuado.

Con ayuda de tu familia y del equipo de salud podrás ir aprendiendo a equilibrar y combinar los cuidados necesarios para sentirte bien.

Es importante la **búsqueda del equilibrio** entre los cinco componentes del tratamiento:



Si participás en **educación diabetológica** aprenderás a **comer en forma saludable**, a **colocarte la insulina** necesaria y realizar la **actividad física** adecuada. De esta manera, podrás lograr **glucemias aceptables**, que conocerás mediante el **automonitoreo**.

¡Y así podrás hacer todo lo que te guste!



Integrantes del equipo interdisciplinario del programa de atención integral de niños y adolescentes con diabetes

- **Paula Paz Povedano.** Jefa Sección Diabetes. Médica pediatra, especialista en nutrición clínica infantil
- **Daniela Rodríguez Fuentes.** Médica pediatra, especialista en diabetes
- **Nilce Rojas Sayas.** Médica pediatra, residente en diabetes Infantil
- **Laura Frizzo.** Médica pediatra, residente en diabetes infantil
- **Mariana Fariáz.** Lic. en nutrición.
- **Eugenia Sequeira.** Lic. en trabajo social
- **María L Macías.** Lic. en psicología.
- **Ivana Barreiro.** Lic. en psicopedagogía
- **Griselda Ludueña.** Lic. en enfermería

Colaboradoras:

- **Melina Vidal.** Pasante de psicología-UNC
- **Andrea Suárez.** Pasante de psicología UNC
- **Antonella Molinero.** Psicóloga UNC

Ciclo Inicial Intensivo de Educación DIABETOLÓGICA

Módulo 1:



Hospital de Niños de la Santísima Trinidad



¿Qué es la diabetes?

¿Qué es la diabetes mellitus?

La diabetes es una enfermedad crónica que se presenta con un aumento de los valores de azúcar en sangre por encima del nivel normal. Si bien no se cura, puede controlarse.

Existen diferentes tipos de diabetes. Las más conocidas son:

Diabetes tipo 1: su tratamiento depende de insulina, antes conocida como infanto-juvenil.

Diabetes tipo 2: su tratamiento no depende de insulina al inicio, antes conocida como diabetes de los adultos. La producción de insulina no está del todo suprimida, el cuerpo presenta una resistencia a la insulina, que mejora con medicamentos orales.

La diabetes puede darse en varones y mujeres de distintas edades y diferentes costumbres. Muchos chicos y chicas que viven aquí y en otros países, al igual que vos, tienen diabetes.

¡No sólo te pasa a vos!



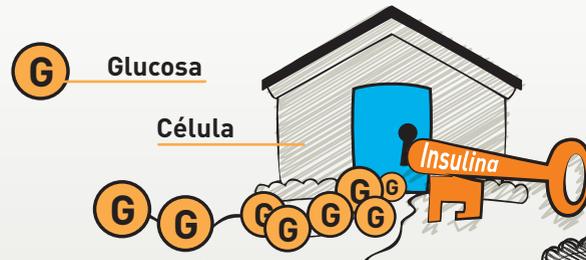
Sobre la diabetes tipo 1

Es una enfermedad que aparece cuando el páncreas no fabrica la **insulina** suficiente que necesita nuestro cuerpo para mantener el nivel de azúcar en sangre (glucemia) dentro de los límites normales (70 – 110 mg/dl).

El **páncreas** es un órgano que está en tu cuerpo, como el corazón y los pulmones. Es el encargado de fabricar la **insulina**.



La **insulina** es una hormona que hace un importante trabajo. Actúa como una llave que abre la puerta de la célula, para que ingrese en ella el azúcar (glucosa), que es la energía que tienen los alimentos.



Necesitamos que la insulina abra la puerta de las células y así tener energía para jugar, bailar, aprender o hacer deportes.



Si tu cuerpo no tiene la insulina que necesitas; te sentirás cansado, sin fuerzas, orinás mucho, tenés sed y hambre.

· Ante esta **falta de insulina**, tu cuerpo obtiene la energía de la grasas, produciendo sustancias tóxicas llamadas **cetonas**

· Cuando se acumulan las **cetonas** en el cuerpo, producen un estado grave llamado **cetoacidosis**, que requiere internación urgente

· Debés prestar atención a los **vómitos**. Muchas veces este es el primer signo de deficiencia de insulina

Cuando falta la insulina, podés descompensarte rápidamente, por lo cual es importante que concurras al centro de salud más cercano.

