

Caro Educador:

_____ possui Diabetes Mellitus tipo 1 (dependente de insulina). Isto não interfere com nenhuma atividade normal, incluindo educação física ou ginástica. Entretanto, o aluno pode necessitar de um lanche extra antes ou depois de exercício vigoroso. É necessário, também, ter na escola lanches de forma regular e em horários previamente planejados, para que possa equilibrar a insulina recebida e tentar manter a taxa de açúcar no sangue mais próximo do normal. Professores e todos os funcionários da escola devem estar cientes dos **sinais e sintomas de HIPOGLICEMIA** (glicose baixa no sangue). Estes podem incluir:

- | | |
|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1- tontura | 7- confusão mental |
| 2- palidez | 8- mudança na personalidade ou conduta, como choro e riso inapropriado e dificuldade na concentração |
| 3- tremores | 9- suor excessivo |
| 4- sonolência | |
| 5- dor de cabeça | |
| 6- alterações visuais | |

Embora o aluno tenha sido instruído para estar atento para estes sinais, ele pode não reconhecer que a reação está ocorrendo e esta pode ser, algumas vezes, bastante severa. Quando estes sinais ocorrerem é necessário tratamento imediato ou o problema pode agravar-se. Dê glicose (açúcar) imediatamente do kit que o aluno possa ter consigo ou através de uma das seguintes alternativas:

- 1- suco de frutas (não *diet*) – 150ml (um copo) ou
- 2- refrigerante (não *diet*) – 150 ml (um copo) ou
- 3- uma colher de sopa rasa de açúcar e ½ copo d'água.

Caso os sintomas não desapareçam em 15 minutos, repita o procedimento. Após o desaparecimento dos sintomas ofereça um lanche (leite, queijo, bolachas, pão) ou antecipe a refeição programada. Mantenha o aluno sentado, em repouso, e sempre acompanhado. Nós recomendamos aos alunos terem sempre consigo açúcar (tabletes de açúcar, açúcar líquido, balas de fácil dissolução) para tratamento de hipoglicemia. Diminuição acentuada da glicose no sangue pode acarretar inconsciência ou crise convulsiva. Nesta situação, que é pouco frequente, ou se o aluno não estiver conseguindo deglutir, chame auxílio médico de emergência.

Outra situação que pode ocorrer é o aumento da taxa glicose no sangue (hiperglicemia). Esta é melhor tolerada pelo aluno e geralmente não o coloca em situação de risco imediato.

Sinais e sintomas de glicose sanguínea elevada (**HIPERGLICEMIA**) incluem:

- 1- aumento no volume e na frequência das micções
- 2- sede excessiva
- 3- sonolência
- 4- náusea e vômitos
- 5- dor abdominal

Notifique aos pais se estes sintomas ocorrerem. Em caso de dúvidas, preocupações ou outros esclarecimentos entre em contato com o ICD. Fone: (51) 3341-4511.