

CARTA À ESCOLA

Caro educador,

Declaro para os devidos fins que o paciente _____
apresenta diabetes mellitus tipo 1 (DM1) desde _____ anos de vida.

O DM1 é uma condição crônica, caracterizada pela deficiência da produção absoluta de insulina, causada pela destruição autoimune das células β -pancreáticas, produtoras de insulina. O manejo do DM1 requer tratamento com múltiplas doses de insulina subcutânea ou sistema de infusão contínua de insulina (bomba de insulina), plano nutricional balanceado, prática de atividade física, monitoramento da glicose (testes de glicemia capilar ou “ponta de dedo” pelo menos 5 vezes ao dia ou monitoramento contínuo da glicose com alarmes de hipo ou hiperglicemia) para alcançar as metas glicêmicas.

De acordo com a Lei 15.100/2025, o uso de dispositivos eletrônicos portáteis (celulares, leitores) para o monitoramento glicêmico é permitido para atender às condições de saúde dos alunos.

O(A) aluno (a), em questão, está apto a exercer as suas atividades físicas, desde que tomados os cuidados em relação às hipo ou hiperglicemias, podendo necessitar de um lanche extra antes ou depois de exercício vigoroso.

Os sinais e sintomas mais frequentes de **HIPOGLICEMIA** (glicose baixa no sangue: abaixo de 70mg/dL), podem incluir:

- Tontura • Sonolência • Tremores • Dor de cabeça
- Palidez • Fome repentina • Fraqueza • Suor excessivo
- Mudança de comportamento ou conduta (choro, riso inapropriado, tremores ou dificuldade de concentração).

Em casos de **hipoglicemia**, o aluno (a) deve estar **sempre acompanhado e realizar imediatamente a ingestão de líquido açucarado** (uma colher de sopa rasa de açúcar e ½ copo d'água ou 150 mL (um copo) de suco de frutas não-dietético ou 150mL de refrigerante não-dietético) ou antecipar um lanche ou refeição.

Os sinais e sintomas mais frequentes de **HIPERGLICEMIA** (glicose alta no sangue: maior de 250mg/dL), podem incluir:

- Visão turva • Urinar mais • Sede excessiva
- Perda de peso • Dor abdominal • Náusea e vômitos

Em casos de **HIPERGLICEMIA** é importante permitir a hidratação (beber água) e usar o banheiro com maior frequência.

Notifique os pais se estes sintomas ocorrerem. Em caso de dúvidas, preocupações ou outros esclarecimentos, entre em contato com o ICDRS através do telefone: (51) 3357.2698.

Elaborado pela equipe técnica do Instituto da Criança com Diabetes.

INSTITUTO DA CRIANÇA COM DIABETES RS

Rua Álvares Cabral, 529 – Cristo Redentor – CEP 91350-250 – Porto Alegre – RS
Telefone (51) 3357.2698 | E-mail: icd@ghc.com.br – www.icdrs.org.br