



Niños y adolescentes con diabetes:

¿Cómo puede ayudar?

La diabetes (tipo 1 y 2) es una enfermedad grave que puede afectar a los niños en los Estados Unidos.¹ La diabetes puede causar una acumulación de azúcar o glucosa, que es la fuente principal de energía que el cuerpo tiene en la sangre, y con el tiempo puede causar daño en los ojos, los riñones, el corazón, los nervios y los vasos sanguíneos. Las personas con diabetes puede que necesiten controlar y manejar los niveles de glucosa en la sangre cuidadosamente y a diario para prevenir las complicaciones graves. Los estudiantes que tienen diabetes necesitan recibir el cuidado adecuado en el entorno escolar para su seguridad, bienestar y desempeño escolar.^{2,3} Tener niveles de glucosa anormalmente altos (hiperglucemia) o bajos (hipoglucemia) puede llegar a ser mortal y requiere la atención inmediata por parte de profesionales médicos cualificados. Las escuelas deben trabajar con los padres y los proveedores de atención médica para garantizar un ambiente de aprendizaje seguro, donde los estudiantes puedan participar plenamente en la experiencia escolar, y al mismo tiempo tengan satisfechas sus necesidades médicas.

Saber las respuestas de las siguientes preguntas puede ayudarlo a apoyar lo que está haciendo la escuela de su hijo para abordar la diabetes. Si no sabe las respuestas, consulte el manual de la escuela o su sitio web, asista a una reunión de bienestar escolar o a una reunión de la Asociación de Padres y Maestros (PTA, por sus siglas en inglés), o simplemente pregúntele al maestro de su hijo.

¿Qué está pasando en la escuela?

1. ¿Hay en la escuela una enfermera titulada de tiempo completo, en todo momento, o un centro de salud para ayudar a los estudiantes con afecciones crónicas o en casos de emergencia?
2. ¿Cómo identifica y comparte la escuela la información de los estudiantes que tienen diabetes?
3. ¿Es obligatorio que todos los estudiantes con diabetes tengan un plan de manejo médico de la diabetes en la escuela o un plan de manejo de emergencia?³
4. ¿Qué política tiene la escuela con relación a la autoadministración de medicamentos? ¿Está permitido que los estudiantes lleven consigo en la escuela sus propios medicamentos, como medicamentos orales o insulina, refrigerios y lo necesario para monitorear la glucosa? ¿Puede el estudiante con diabetes medirse la glucosa en la escuela?
5. ¿Provee la cafetería información sobre el contenido nutricional de las comidas, como los carbohidratos para los estudiantes con diabetes? Si lo hace, ¿dónde se puede encontrar esta información?
6. ¿Cuáles son los protocolos de la escuela para manejar la diabetes en la escuela, en el autobús, en un paseo escolar, o en casos de un cierre de emergencia o "lockdown"?
7. ¿Están capacitados los otros miembros del personal escolar, como maestros, conductores de autobuses y personal de servicios alimentarios, para reconocer y responder si alguien tiene hipoglucemia (nivel bajo de azúcar) o hiperglucemia (nivel alto de azúcar)?
8. ¿Cuál es la política sobre la participación en actividades físicas (p. ej., durante el recreo o los descansos con actividades en el aula) o en educación física en la escuela si un estudiante tiene diabetes?
9. ¿Existe en la escuela o el distrito escolar una política de prevención del acoso escolar que desaliente este tipo de hostigamiento o que fomente la concientización sobre los estudiantes con afecciones crónicas y la lucha contra el estigma?





Ideas para padres

Usted puede participar en la escuela de su hijo **asistiendo** a las reuniones, talleres o eventos de capacitación que allí se ofrezcan; **comunicándose** con el personal escolar y otros padres; **ofreciéndose como voluntario** para eventos escolares o en el aula de su hijo; **reforzando** los mensajes y las prácticas saludables que su hijo aprenda en la escuela; **ayudando** a tomar decisiones sobre la salud en la escuela; y **participando** en las actividades comunitarias apoyadas por la escuela. Estas son algunas ideas específicas sobre cómo puede apoyar lo que está haciendo la escuela de su hijo para abordar la diabetes.

- Muéstrese a favor de que haya en la escuela una enfermera titulada de tiempo completo.
- Converse con su hijo en forma continua sobre su diabetes, cómo lo hace sentir el hecho de tener esta enfermedad, y si se siente seguro y apoyado en la escuela.⁵
- Colabore con el proveedor de atención médica de su hijo para establecer un plan para el manejo médico de la diabetes en la escuela y para completar a tiempo los formularios escolares requeridos.³ Fomente la comunicación entre los servicios de salud escolar y el proveedor de atención médica de su hijo.
- Provea los medicamentos, lo que sea necesario para el monitoreo y refrigerios a la enfermera titulada o a otra persona encargada de la salud escolar.
- Asegúrese de que haya un plan individualizado de atención médica que esté al día, y ayude a establecer las metas.⁴
- Mantenga al día la información de contacto de emergencia que tengan la maestra, secretaria escolar y enfermera titulada.
- Hable con los maestros, consejeros y el personal de servicios de salud escolar y de servicios alimentarios sobre la diabetes de su hijo y cualquier preocupación que tenga sobre cómo la sobrelleva mientras está en la escuela.
- Ofrézcase como voluntario junto a su hijo, o participe en los eventos escolares de salud, para informar al personal y a otras familias sobre la diabetes.
- Únase a grupos que se ocupan de abordar lo que es necesario para tener un entorno escolar saludable y que brinde apoyo, como la Asociación de Padres y Maestros, el comité de bienestar escolar o el consejo asesor de salud escolar.⁶
- Cuando sea posible, comparta sitios web o materiales impresos con información científica sobre la diabetes con los maestros, enfermeras y administradores (p. ej., <http://www.cdc.gov/Features/DiabetesInSchool>).



Consulte recursos adicionales para padres, relacionados con el entorno y los servicios de nutrición escolar, educación física y actividad física, así como con el manejo de afecciones crónicas de salud en http://www.cdc.gov/healthyschools/parentsforhealthyschools/p4hs_esp.htm.

REFERENCIAS

1. Centers for Disease Control and Prevention. *Basics About Diabetes*. <http://www.cdc.gov/diabetes/basics/diabetes.html>. Accessed March 25, 2019.
2. American Diabetes Association. Diabetes care in the school and daycare setting. *Diabetes Care*. 2008;31 Suppl 1:S79-86.
3. National Association of School Nurses. *Position Statement: Diabetes Management in the School Setting*; 2012.
4. National Association of School Nurses. *Position Statement: Individualized Healthcare Plans: The Role of the School Nurse*; 2015.
5. Centers for Disease Control and Prevention. *School Connectedness: Strategies for Increasing Protective Factors among Youth*. Atlanta: US Dept of Health and Human Services; 2009.
6. Centers for Disease Control and Prevention. *Parent Engagement: Strategies for Involving Parents in School Health*. Atlanta: US Dept of Health and Human Services; 2012.

