

# DIABETES

## infantil

*¿Cómo sobrellevar  
la enfermedad del niño  
fuera del hogar?*

*La diabetes afecta a toda  
la familia, especialmente  
cuando es un niño quien  
recibe el diagnóstico.*

*Asistir a la escuela, dormir en casa  
de amigos, salir de campamento,  
o simplemente pasar el día  
fuera del hogar, implica gran  
preocupación para los papás,  
siendo el principal temor que el  
niño haga un pico de hipoglucemia.*

## ¡IMPORTANTE!

Acciones que previenen  
los bajos niveles de glucosa



Suministrar la  
dosis correcta de  
medicamentos  
para la diabetes



Evitar incrementar  
la dosis, salvo  
indicación profesional



Acostumbrar al niño a  
no omitir o pasar por  
alto comidas después  
de aplicarse la insulina



Anotar en un  
cuaderno el nivel de  
glucosa en sangre



Informar a personas  
del entorno sobre  
la enfermedad  
y cómo proceder

# CONSEJOS

PARA ATRAVESAR ESTAS  
ETAPAS CON TRANQUILIDAD

1

Planificar  
previamente  
las salidas

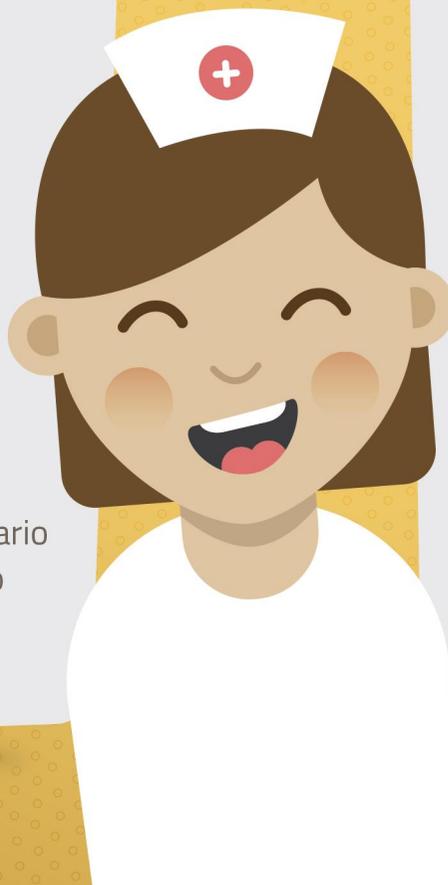


Hacer chequeo médico  
previo a un viaje prolongado



Además, asegurarse de:

- Solicitar recetas escritas para insulina y medicamentos
- Reemplazar los suministros de viaje en caso de pérdida o rotura
- Pedir una carta al médico describiendo todo lo necesario para el tratamiento, incluso dispositivos médicos



2

Enseñar qué  
hacer durante  
el viaje al adulto  
acompañante



Medir el nivel  
de glucosa



Contar carbohidratos  
o seguir el plan  
de alimentación



Medir y  
administrar insulina



Brindar tratamiento cuando  
la glucosa está muy alta o baja



Responder a una emergencia,  
especialmente cuando  
se requiere glucagón



### 3 Actividad física constante

El ejercicio contribuye a controlar la glucosa, siendo beneficioso para el corazón, los músculos, el estado anímico, el peso, la confianza del niño, entre otros.

Se trate de un deporte grupal, individual o una aventura al aire libre, la planificación es clave. Es posible que el nivel de glucosa descienda durante o después del ejercicio, por lo que es preciso estar atento y medirla con frecuencia.



### 4 Evitar picos de hipoglucemia (bajo nivel de azúcar en sangre)

Ante los siguientes síntomas o manifestaciones de baja glucosa en el niño, es recomendable darle de comer o beber algo con 15 gramos de carbohidratos:

- Mal humor
- Conducta inusual
- Sudor excesivo
- Temblor
- Dolor de cabeza
- Hambre
- Falta de coordinación