



La Diabetes en el Establecimiento de Cuidado Infantil

¿Qué es?

La diabetes es una enfermedad grave en la cual el cuerpo no tiene la capacidad de cambiar el azúcar de los alimentos en energía. Una azúcar simple llamada glucosa es la principal fuente de energía para nuestro cuerpo. Insulina, una hormona producida por el páncreas – una glándula grande detrás del estómago— le ayuda al cuerpo a usar la glucosa para energía.

La diabetes ocurre cuando el cuerpo no produce suficiente insulina (Tipo 1, o que depende de la insulina), o no la usa debidamente (Tipo 2, o que no depende de la insulina). Como resultado la glucosa empieza a acumular en la sangre, creando un nivel alto de azúcar en el cuerpo.

Los niños con diabetes usualmente tienen la diabetes Tipo 1, en la cual el cuerpo no produce insulina. Por lo tanto ellos necesitan diariamente inyecciones de insulina.

¿Quién la obtiene y cómo?

Aproximadamente 127,000 niños en los Estados Unidos, incluyendo 15,000 en California, padecen de diabetes del Tipo 1. Es muy probable que alguna vez los proveedores de cuidado infantil van a tener un niño con diabetes bajo su cuidado.

La diabetes no es contagiosa. Las personas no pueden adquirirla de otra persona. En la actualidad, los científicos no saben con exactitud cual es la causa de la diabetes, pero ellos creen que tanto los factores genéticos como los virus están implicados. La diabetes puede correr en las familias.

¿Cuáles son los síntomas?

Dos problemas diferentes ocurren cuando el cuerpo no produce insulina:

1. **Hiperglucemia, o alto nivel de azúcar en la sangre.** Ocurre con ambos tipos de diabetes cuando el cuerpo no tiene suficiente insulina. Los síntomas

incluyen orinar frecuentemente, sed excesiva, hambre extrema, perdida inusual de peso, irritabilidad y mal dormir, náusea y vómitos, y debilidad y visión borrosa.

2. **Hipoglucemia, o bajo nivel de azúcar en la sangre.** Es más común en las personas con diabetes de Tipo 1. Es alguna vez también llamada “reacción a la insulina” o “conmoción por insulina.” Los síntomas pueden incluir hambre, piel pálida, debilidad, mareo, dolor de cabeza, temblor, cambios en el carácter o comportamiento (irritabilidad, llanto, mala coordinación), sudar y pulso rápido. El tratamiento usualmente incluye el restaurar la glucosa a su nivel normal con alimentos dulces o bebidas como cola, jugo de naranja, caramelos, o pastillas de glucosa.

Si no se trata adecuadamente, puede resultar en pérdida del conocimiento y coma mortal.

¿Cuáles son los factores que afectan el nivel de glucosa en la sangre?

La cantidad de azúcar en la sangre cambia y puede ser afectada por muchos factores como dieta, ejercicio, tensión emocional, enfermedad, y medicinas.

El ejercicio ayuda a reducir el azúcar en la sangre. Es importante hacer ejercicio regularmente debido a la necesidad de balancear el efecto del ejercicio con comida e insulina. De ser posible, se debe examinar el nivel de glucosa en la sangre del niño antes de tomar parte en un juego o deporte para determinar cuándo comer un bocadillo y cuánta comida ingerir.

Los tipos, la cantidad, y la frecuencia de las comidas y meriendas tienen diferente efecto en el azúcar sanguínea. Los niños con diabetes necesitan dietas especiales en cantidades razonables, y en horarios regulares. Galletas simples con mantequilla de maní o queso, *pretzels*, manzanas, y jugo constituyen una merienda ideal.

Un niño con diabetes puede necesitar comer un bocadillo antes, durante, o después de un ejercicio energético.

La tensión de un resfrío, dolor de garganta, u otra enfermedad puede incrementar el nivel de glucosa en la sangre.

La ley y la diabetes

La ley de los americanos incapacitados (Americans with Disabilities Act), una ley federal, considera la diabetes una incapacidad, prohíbe la discriminación en contra de los incapacitados, y pone la responsabilidad legal en los proveedores de cuidado infantil para cuidar las necesidades especiales de los niños con diabetes.

A partir del 1ro de enero de 1998, a los proveedores de cuidado infantil de California se les permite efectuar un examen de glucosa sanguínea (usando un pincho para dedos) a un niño bajo su cuidado. Sin embargo, no se requiere que ellos suministren una inyección de insulina a ningún niño en un establecimiento de cuidado infantil.

Examinando la glucosa en la sangre

Es muy importante examinar regularmente los niveles de glucosa en la sangre como parte del cuidado diabético. La prueba se hace tomando una gota de sangre, usualmente de un dedo, y poniéndola sobre una plaquita especial en un medidor de glucosa. Los medidores de glucosa son fáciles de usar, y la mayoría de los niños aprenden rápidamente a hacerse su propia prueba de glucosa. Un nivel normal de glucosa en la sangre es entre 70 y 120 mg/dl. En los niños con diabetes es raramente posible mantener los niveles de glucosa dentro de estos límites. Un médico puede identificar un límite para los niveles de glucosa—de 80 a 180 mg/dl, por ejemplo.

¿Cómo se controla?

El cuidado de la diabetes es más flexible de lo que solía ser. Requiere cuidado independiente o cuidado asistido si el niño es bien pequeño. Los niños con diabetes pueden participar en todas las actividades del programa de cuidado infantil. Con la excepción de prestarle atención al plan especial de cuidado, usted no tiene que tratarlos diferentes solamente porque tienen diabetes.

Las metas del tratamiento de diabetes en los niños son:

- Mantener un crecimiento y un desarrollo normal
- Mantener los niveles de glucosa sanguínea dentro de un límite adecuado (ni muy altos, ni muy bajos)
- Fomentar un bienestar emocional saludable

Los proveedores de cuidado infantil en coordinación con los padres y el personal médico pueden preparar un plan especial de cuidado para llenar las necesidades especiales de los niños con diabetes, y ayudarlos a llevar una vida saludable, activa y plena sin tener que cambiar su programa regular. Un plan especial de cuidado escrito debe incluir:

- Cuándo examinar la glucosa sanguínea y cuándo administrar insulina
- Horas regulares de comidas y meriendas
- Bocadillos y comidas de fiesta preferidas
- Síntomas usuales de hipoglucemia y los tratamientos preferidos
- Cuándo y cómo notificar del problema a los padres de un niño
- Cuándo y cómo ponerse en contacto con el médico de un niño
- Quién le va a administrar la inyección de insulina de ser necesaria

Los niños diabéticos de edad pre-escolar necesitan exámenes de glucosa sanguínea a menudo porque aún no han aprendido a reconocer los síntomas de una baja de azúcar en la sangre, no pueden decir qué es lo que sienten, o pueden tratar de evitar o retrasar que le pinchen el dedo o que le inyecten la insulina. También pueden beber y orinar bastante, así es que asegúrese de llevarlos al baño tanto como lo necesiten.

Los proveedores que estén pensando o ya están haciendo los exámenes en el dedo con el pincho deben seguir las "precauciones universales" todo el tiempo. Para más información sobre la diabetes, por favor llame sin recargos al *Healthline* al 1-800-333-3212 o a la Asociación Americana de Diabetes 1-800-DIABETES.

Referencias

Caring for Our Children, National Health and Safety Performance Standards: Guidelines for Out-Of-Home Child Care Programs, Asociación Americana de Salud Pública y Academia Americana de Pediatría (1992), Washington D.C.

CalOSHA Regulations on Bloodborne Pathogens, Child Care Law Center (1994), San Francisco, CA.

Por Lyn Dailey, PHN (4/20/1998)

California Childcare Health Program • 1950 Addison St., Suite 107 • Berkeley, CA 94704-1182

Telephone 510-204-0930 • Fax 510-204-0931 • Healthline 1-800-333-3212 • www.ucsfchildcarehealth.org