

Elevi cu probleme de sănătate

Diabetul



Diabetul



Tipuri de recomandări la nivel de clasă (accent pe metodele instructive)

1. **Fiți vigilenți pentru a recunoaște simptomele de hipoglicemie** (tremurături, nervozitate sau anxietate, transpirații, frisoane, umezeală, iritabilitate sau nervozitate, amețeli și dificultăți de concentrare, foame sau greață, vedere încețoșată, slăbiciune sau oboseală, furie, încăpățănare sau tristețe) și hiperglicemie (letargie, sete, urinare frecventă).
2. **Asigurați-vă că elevul știe cum să își măsoare glucoza din sânge și să își folosească medicamentele, sau că știe la care dintre membrii personalului trebuie să meargă pentru a cere ajutor.**
3. **Țineți cont de faptul că diabetul poate afecta învățarea** și că, dacă nu este gestionat în mod corespunzător, un elev poate avea dificultăți de atenție, de memorie, de viteză de procesare, planificare și organizare și abilități perceptive. Prin urmare, utilizați instrucțiuni clare pentru activitățile planificate, acordați suficient timp elevilor cu diabet zaharat pentru a finaliza sarcinile și diversificați metodele de predare pentru a include diferite tipuri de stimuli.
4. **Nu vă concentrați atenția asupra elevilor cu diabet zaharat deoarece acest lucru îi face să iasă în evidență printre colegii lor**, ceea ce le afectează nivelul de stres și comportamentul psihosocial. În schimb, alegeți metode mai subtile de a-i implica în activitățile de la clasă și de a le atrage atenția.
5. **Implicați elevii cu diabet zaharat în toate activitățile școlare, după luarea măsurilor de siguranță corespunzătoare**, de exemplu, utilizarea setului de urgență pentru hipoglicemie la orele de educație fizică.

[Referințe: Diabetes UK: <https://www.diabetes.org.uk/Guide-to-diabetes/Your-child-and-diabetes/Schools/School-staff/>

Vermont Department of Health. *Recommendations for the Management of Diabetes at school. Disponibil la:* healthvermont.gov/prevent/diabetes/SchoolDiabetesManual.pdf



Tipuri de recomandări la nivel de școală (accent pe metodele instructive)

Disponerea clasei / Aranjarea

Facilitați accesul copilului la alimente, insulină și provizii și asigurați depozitarea acestora în condiții de siguranță. Asigurați-vă că elevul are un spațiu curat, personal, cu un timp

suficient pentru monitorizarea glucozei din sânge și administrarea de insulină și aruncați seringile și benzile de testare în condiții de siguranță.

Vizite educaționale / Excursii în aer liber / Tabere / Schimburi academice / Excursii în străinătate

Discutați despre diabet cu Asociația Profesorilor și oferiți formare (DPC) în materie de probleme speciale de sănătate. Desemnați membri ai personalului școlii care să ofere servicii de îngrijire în timpul excursiilor în aer liber și în cadrul tuturor activităților sponsorizate de școală.

Alimente: Cantină / Vizite / Tabere / Excursii

Cantina sau cafeneaua școlii trebuie să aibă în stoc gustări sănătoase și gustări adecvate pentru diabetici.

Altele (Măsurii în domeniul sănătății)

1. **Dați-le elevilor cu diabet zaharat posibilitatea de a-și verifica glicemia la școală.** Atunci când un elev cu diabet zaharat are un nivel scăzut de zahăr în sânge (hipoglicemie), acesta trebuie să aibă de urgență acces la glucoză (sau la gustări prescrise de către medicul curant) pentru a-și trata hipoglicemia. Atunci când un elev cu diabet zaharat are un nivel ridicat de zahăr în sânge (hiperglicemie), acestuia trebuie să i se permită accesul liber la apă și baie.
2. **Pregătiți, în colaborare cu medicii și părinții copilului, un plan individualizat de îngrijire a sănătății,** care va include modul în care va fi gestionată îngrijirea în cazul diabetului zaharat în context școlar. Acest lucru ar trebui să includă măsuri privind modul de a recunoaște și de a trata hipoglicemia sau hiperglicemia, acțiunile de întreprins în caz de urgență, persoanele de contact și membrul personalului desemnat (de preferință, instruit în absența unei asistente de școală) la care elevul poate merge pentru a cere ajutor legat de afecțiunea sa.
1. **Facilitați accesul copilului la alimente, insulină și provizii și asigurați depozitarea acestora în condiții de siguranță.** Asigurați-vă că elevul are un spațiu curat, personal, cu un timp suficient pentru monitorizarea glucozei din sânge și administrarea de insulină și eliminați în condiții de siguranță seringile și benzile de testare.

Părinți / Asociații de părinți

1. **Discutați despre diabet cu Asociația Profesorilor și oferiți formare (DPC) în materie de probleme speciale de sănătate.** Desemnați membri ai personalului școlii care să ofere servicii de îngrijire în timpul excursiilor în aer liber și în cadrul tuturor activităților sponsorizate de școală.
2. **Aranjați o întâlnire între părinții elevului și profesori pentru a vorbi despre regulile din clasă,** semnele de hipoglicemie și hiperglicemie, exerciții fizice și alte probleme conexe.

[Referință: American Association of Diabetes Educators (2016) Management of Children

with Diabetes in the School Setting: <https://www.diabeteseducator.org/docs/default-source/practice/practice-resources/position-statements/management-of-children-with-diabetes-in-the-school-setting.pdf?sfvrsn=0>

Siguranță

1. **Dați-le elevilor cu diabet zaharat posibilitatea de a-și verifica glicemia la școală.** Atunci când un elev cu diabet zaharat are un nivel scăzut de zahăr în sânge (hipoglicemie), acesta trebuie să aibă de urgență acces la glucoză (sau la gustări prescrise de către medicul curant) pentru a-și trata hipoglicemia. Atunci când un elev cu diabet zaharat are un nivel ridicat de zahăr în sânge (hiperglicemie), acestuia trebuie să i se permită accesul liber la apă și baie.
2. **Pregătiți, în colaborare cu medicii și părinții copilului, un plan individualizat de îngrijire a sănătății,** care va include modul în care va fi gestionată îngrijirea în cazul diabetului zaharat în context școlar. Acest lucru ar trebui să includă măsuri privind modul de a recunoaște și de a trata hipoglicemia sau hiperglicemia, acțiunile de întreprins în caz de urgență, persoanele de contact și membrul personalului desemnat (de preferință, instruit în absența unei asistente de școală) la care elevul poate merge pentru a cere ajutor legat de afecțiunea sa.
3. **Facilitați accesul copilului la alimente, insulină și provizii și asigurați depozitarea acestora în condiții de siguranță.** Asigurați-vă că elevul are un spațiu curat, personal, cu un timp suficient pentru monitorizarea glucozei din sânge și administrarea de insulină și aruncați seringile și benzile de testare în condiții de siguranță.

Recreații

Rețineți faptul că este posibil ca elevii care se confruntă cu niveluri ridicate sau scăzute de glucoză în sânge să nu poată participa la examene, ceea ce înseamnă că trebuie să faceți aranjamente alternative. De asemenea, elevii care își injectează insulină înainte de prânz ar putea avea nevoie de puțin timp suplimentar înainte de prânz pentru a face acest lucru.

Suport elevi

1. **Dați-le elevilor cu diabet zaharat posibilitatea de a-și verifica glicemia la școală.** Atunci când un elev cu diabet zaharat are un nivel scăzut de zahăr în sânge (hipoglicemie), acesta trebuie să aibă de urgență acces la glucoză (sau la gustări prescrise de către medicul curant) pentru a-și trata hipoglicemia. Atunci când un elev cu diabet zaharat are un nivel ridicat de zahăr în sânge (hiperglicemie), acestuia trebuie să i se permită accesul liber la apă și baie.
2. **Pregătiți, în colaborare cu medicii și părinții copilului, un plan individualizat de îngrijire a sănătății,** care va include modul în care va fi gestionată îngrijirea în cazul diabetului zaharat în context școlar. Acest lucru ar trebui să includă măsuri privind modul de a recunoaște și de a trata hipoglicemia sau hiperglicemia, acțiunile de întreprins în caz de urgență, persoanele de contact și membrul personalului desemnat (de preferință, instruit în absența unei asistente de școală) la care elevul poate merge pentru a cere ajutor legat de afecțiunea sa.
3. **Facilitați accesul copilului la alimente, insulină și provizii și asigurați depozitarea acestora în condiții de siguranță.** Asigurați-vă că elevul are un spațiu curat, personal, cu un timp

suficient pentru monitorizarea glucozei din sânge și administrarea de insulină și aruncați în condiții de siguranță seringile și benzile de testare.

4. **Asigurați-vă că elevii cu probleme psihosociale sunt trimiși la un consilier sau la un psiholog școlar.**
5. **Rețineți faptul că este posibil ca elevii care se confruntă cu niveluri ridicate sau scăzute de glucoză în sânge să nu poată participa la examene, ceea ce înseamnă că trebuie să faceți aranjamente alternative.** De asemenea, elevii care își injectează insulină înainte de prânz ar putea avea nevoie de puțin timp suplimentar înainte de prânz pentru a face acest lucru.

Dezvoltarea profesională a cadrelor didactice

Discutați despre diabet cu Asociația Profesorilor și oferiți formare (DPC) în materie de probleme speciale de sănătate. Desemnați membri ai personalului școlii care să ofere servicii de îngrijire în timpul excursiilor pe teren și în cadrul tuturor activităților sponsorizate de școală.

Întocmire orar

Rețineți faptul că este posibil ca elevii care se confruntă cu niveluri ridicate sau scăzute de glucoză în sânge să nu poată participa la examene, ceea ce înseamnă că trebuie să faceți aranjamente alternative. De asemenea, elevii care își injectează insulină înainte de prânz ar putea avea nevoie de puțin timp suplimentar înainte de prânz pentru a face acest lucru.

Literatură de specialitate

1. Definiție

Diabetul este o boală cronică în care nivelurile de glucoză din sânge (zahăr) sunt peste nivelul normal. Diabetul zaharat de tip 1 sau diabetul juvenil reprezintă o boală a sistemului imunitar. La persoanele cu diabet zaharat de tip 1, sistemul imunitar atacă celulele producătoare de insulină ale pancreasului și le distruge. Deoarece pancreasul nu mai poate produce insulină, persoanele cu diabet zaharat de tip 1 trebuie să își administreze insulină zilnic pentru a trăi. Diabetul de tip 1 apare cel mai frecvent la copii și la adulți tineri. Deși nu există niciun tratament, diabetul zaharat poate fi gestionat prin administrarea de injecții cu insulină, monitorizarea glicemiei, dietă și exerciții fizice adecvate. Copiii cu diabet zaharat se confruntă cu două probleme grave:

- Hipoglicemia, sau nivelul scăzut de zahăr în sânge, apare atunci când nivelul de zahăr din sânge este prea scăzut, din cauza unei cantități prea mari de insulină, a unei cantități prea mici de hrană sau din cauza prea multor exerciții fizice. Copiii cu nivel scăzut de zahăr în sânge se comportă uneori haotic sau acționează somnoroși, deseori le este foarte foame și se simt slăbiți. Scăderea zahărului din sânge trebuie să fie tratată imediat prin consumarea de către copii a unor alimente cu zahăruri simple, cum ar fi sucul de fructe. Dacă suspectați că un elev are scăzut de zahăr din sânge, nu lăsați elevul nesupravegheat, deoarece el / ea își poate pierde cunoștința (Henderson, 2005).

- Hiperglicemia, sau nivelul ridicat de zahăr din sânge, apare atunci când nivelul de zahăr din sânge este prea mare, din cauza unei cantități prea mici de insulină sau a unei cantități prea mari de mâncare. Copiii cu un nivel ridicat de zahăr în sânge pot deveni letargici și somnoroși, le este deseori foarte sete și au nevoie să meargă la baie frecvent. Creșterea zahărului din sânge este tratată prin administrarea de insulină și consumul de băuturi fără zahăr, cum ar fi apa. Elevii cu diabet zaharat trebuie să aibă acces liber la apă și baie (Henderson, 2005). Hiperglicemia prelungită din cauza unei cantități insuficiente de insulină poate duce la o stare foarte gravă numită cetoacidoză diabetică, care poate conduce, la rândul său, la comă și deces.

2. Problemele psihosociale ale elevilor cu diabet zaharat

Diabetul este o boală cronică complexă care afectează fiecare aspect al vieții. Faptul că elevii cu diabet zaharat trebuie să își monitorizeze în mod regulat nivelul de zahăr din sânge și să își administreze injecții cu insulină îi poate izola și îi poate face să se simtă diferiți de semenii lor. Acest lucru poate conduce la un stres considerabil, mai ales în cazul în care elevii sunt excluși din diverse activități, cum ar fi excursii sau nopți petrecute la prieteni, și imaginea de sine poate suferi. Acest lucru îi poate face să se simtă supărați, revoltați sau să devină deprimati. Mai mult decât atât, anumiți elevi pot accepta și pot fi deschiși la a discuta despre starea lor, în timp ce alții încearcă să o ascundă. Uneori, elevii nu pot respecta regimul, dar se simt presați să facă pe plac familiilor și furnizorilor de servicii de îngrijire a sănătății și să raporteze niveluri fictive de glucoză din sânge. În schimb, uneori ei își folosesc afecțiunea (diabetul) pentru a-și afirma independența și controlul și nu respectă planul de îngrijire pentru diabetul zaharat. Diabetul le poate compromite independența, pentru că părinții / tutorii sunt preocupați de capacitatea copilului lor de a efectua activități de auto-îngrijire și își asumă responsabilitatea pentru diabetul zaharat. Această preocupare pentru creșterea copilului poate conduce la intensificarea luptelor cu dependența, a comportamentului opozițional și a revoltei.

3. Diabetul și învățarea

Diabetul poate afecta învățarea și, dacă elevii nu îl gestionează în mod corespunzător, pot avea dificultăți de atenție, de memorie, viteză de procesare, planificare și organizare și abilități perceptive și nu și-ar putea atinge potențialul academic deplin. Provocările de gestionare adecvată a diabetului zaharat pot avea, de asemenea, impact asupra vieții unui copil. Unii elevi cu diabet zaharat pot avea absențe frecvente din cauza programărilor la spital sau a unei stări generale de rău din cauza diabetului zaharat (Diabetes UK).

Site-uri web și rapoarte UE

American Diabetes Association: www.diabetes.org

Center for Diseases Control and Prevention: www.cdc.gov

Diabetes UK: www.diabetes.org.uk

Vermont Department of Health. Recommendations for the Management of Diabetes at school. Disponibil la: healthvermont.gov/prevent/diabetes/SchoolDiabetesManual.pdf

American Association of Diabetes Educators (2016) Management of Children with Diabetes in the School Setting. Disponibil la:

<https://www.diabeteseducator.org/docs/default-source/practice/practice-resources/position-statements/management-of-children-with-diabetes-in-the-school-setting.pdf?sfvrsn=0>

Referințe

Henderson, G. (2005). Standards of care for students with type 1 diabetes: Ensuring safety, health and inclusion in school. *Paediatrics & Child Health*, 10(1), 25–27.