O ALUNO COM DIABETES
Como contribuir para atender às necessidades do aluno com Diabetes

Esta cartilha foi desenvolvida a partir de uma parceria entre membros das instituições FAMEMA e UNESP de Marília-SP.

1ª Edição, Marília-SP, novembro de 2011

ELABORAÇÃO

DIOGO PAZZINI BOMFIM | Acadêmico de Medicina da Faculdade de Medicina de Marília (FAMEMA). Bolsista do PIBIC/CNPq em Educação Especial, UNESP, campus Marília. E-mail: diogo_pazz@yahoo.com.br

TANIA MORON SAES BRAGA | Psicóloga. Doutora. Departamento de Educação Especial, UNESP, campus Marília. Orientadora do projeto "Identificando necessidades especiais de alunos com diabetes mellitus". E-mail: tania.icm@icm.com.br

DAHER SABBAG FILHO | Médico Pediatra. Doutor. Disciplina de Pediatria da Famema. E-mail: dahersabbag@yahoo.com.br

PROJETO GRÁFICO E ILUSTRAÇÕES

RAPHAEL SILVA GOMES | Designer Gráfico

REVISÃO

FADLO FRAIGE FILHO | Doutor. Professor Titular da Faculdade de Medicina da Fundação do ABC. Presidente da Associação Nacional de Assistência ao Diabético (Anad)

LILIAN FANNY DE CASTILHO | Professora e Educadora em Diabetes. Presidente da ANBED – Associação Nacional Brasileira de Educadores em Diabetes.

Diante dos resultados de uma pesquisa apresentados a seguir, foi elaborada uma cartilha para esclarecer as dúvidas mais comuns de forma objetiva e simples.

Assim, você poderá contribuir para um melhor desenvolvimento escolar do seu aluno com diabetes!

A partir da pesquisa realizada no Ambulatório de Pediatria da Faculdade de Medicina de Marília, nos grupos de diabetes, com 41 pacientes e 37 pais/responsáveis, constatou-se que os principais aspectos relacionados à escola são:

Alimentação escolar

Foi considerada pelos próprios alunos como não adequada a sua condição (14,6%). Os pais sugeriram uma alimentação escolar que satisfaça às necessidades do filho que tem diabetes (51,3%).

Falta de informação

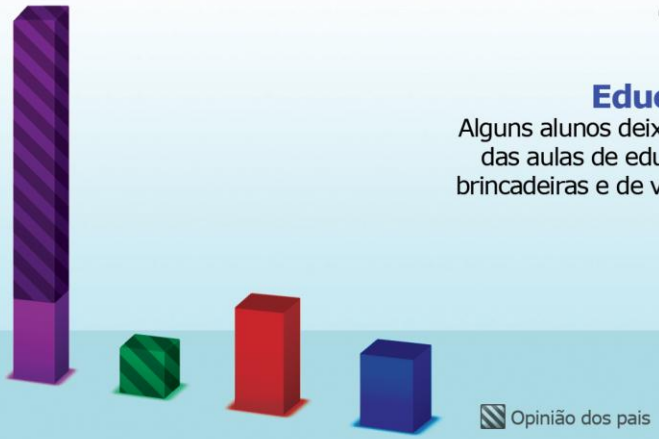
Os pais (8,1%) mencionaram que há necessidade dos profissionais da escola estarem melhor informados sobre o diabetes e saber agir em situações de risco.

Hipoglicemia ou hiperglicemia na escola

Episódios de hipoglicemia ou hiperglicemia foram referidos pelos alunos como o principal problema escolar (17,1%).

Educação física

Alguns alunos deixam de participar das aulas de educação física, das brincadeiras e de viagens (11,7%).



O que é diabetes?

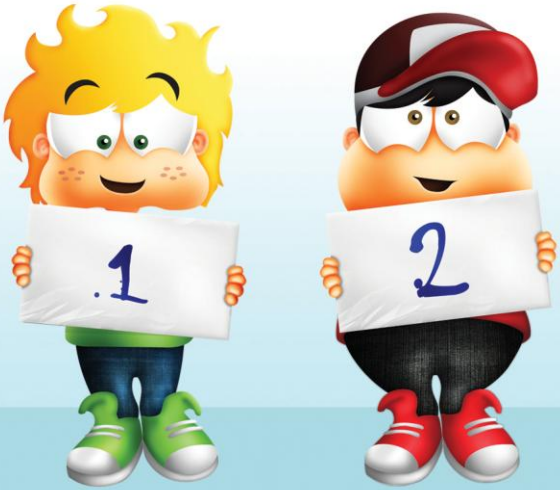
É uma doença crônica que leva ao aumento da glicemia (açúcar no sangue), por ausência da produção ou falha na ação da insulina, hormônio responsável pela entrada da glicose (açúcar) nas células do organismo.

Como é o tratamento do diabetes?

É realizado a partir da monitorização da glicemia, uso de medicamentos orais/ insulina, alimentação saudável, prática de atividade física, apoio social e familiar, e também educação em diabetes.
É necessário acompanhamento multiprofissional regularmente, além da realização de exames de rotina.

Quais os tipos mais comuns de diabetes?

O tipo 1 é mais comum em crianças e adolescentes e nele o pâncreas pára de produzir insulina. O tipo 2 é mais comum em adultos, havendo falha na produção de insulina ou na sua utilização pelo organismo.



Quais são os sintomas?

Muita sede, muita fome, muita urina e perda de peso. Estes sintomas aparecem antes do diagnóstico ou quando não há adequado controle do diabetes.

O que é monitorização da glicemia?

É a medida da glicemia (nível de açúcar no sangue) feita pela colocação de uma gota de sangue do dedo sobre uma fita, que é lida no monitor do glicosímetro. Há várias referências para os valores ideais, mas, de uma forma geral, em jejum a glicemia fica entre 70 e 100 mg/dl, e após as refeições até 140 mg/dl. Um profissional de saúde dirá qual o nível desejado de forma individualizada.

Como deve ser a alimentação na escola do aluno com diabetes?

Saudável, como deve ser a de todos os alunos. Deve formar uma combinação balanceada de carboidratos, proteína, gordura, vitaminas, sais minerais, fibras vegetais e água, para equilibrar a glicemia no sangue. Não é necessário fazer restrições rígidas, porém, devem ser reduzidos a gordura, alimentos muito calóricos e o sal. Açúcar (refinado, cristal e mascavo), refrigerantes, mel e doces desregulam facilmente a glicemia e, portanto, devem ser evitados. O açúcar pode ser substituído por adoçante artificial. O médico e o nutricionista podem orientar melhor a dieta. É fundamental a socialização do aluno, por isso ele deve fazer suas refeições junto com os demais colegas.

O aluno com diabetes tem direito à alimentação escolar gratuita?

Sim, a alimentação fornecida pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é um direito do aluno e uma responsabilidade social do Estado. Está entre os princípios do PNAE o reconhecimento do direito constitucional à alimentação escolar, com vistas à garantia do acesso ao alimento de forma igualitária, respeitando as diferenças biológicas entre idades e condições de saúde dos alunos que necessitem de atenção específica.

Quais informações sobre o aluno com diabetes são necessárias à escola?

É importante saber se há alguma prescrição individualizada em relação à alimentação, as medicações utilizadas, telefone de contato do responsável a ser chamado em caso de necessidade e/ou referência de serviço de saúde. Também é necessário que os professores e funcionários sejam informados sobre o Diabetes Mellitus e treinados para saber como atuar em cada situação.

O aluno com diabetes pode participar da educação física?

A atividade física, se praticada de forma correta, é benéfica, pois controla o peso, ajuda na utilização da insulina pelo organismo, traz bem estar e favorece a socialização. Mas é aconselhável medir a glicemia antes de iniciar a atividade e fazer um lanche, para evitar a hipoglicemia. O professor precisa saber que o aluno tem diabetes.

O que a escola pode fazer pelo aluno com diabetes quando há festas na escola ou passeio escolar?

Comunicar os pais com antecedência para que o aluno possa adequar sua refeição em casa com a que será servida no evento, controlando, assim, a glicemia.

Quais são as complicações mais comuns que o aluno com diabetes pode apresentar na escola?

Hiperglicemias (alto nível de açúcar no sangue) e hipoglicemias (queda do açúcar no sangue). A hiperglicemia pode ser percebida com sintomas como visão embaçada, náuseas, vômitos, urina excessiva, sede intensa e hálito semelhante ao cheiro de maçã. Já na hipoglicemia pode haver: tremor, tontura, sonolência, irritabilidade, cansaço, suor, fome, palpitação e até perda da consciência.

Como os profissionais da escola podem atuar nessas complicações?

Hiperglicemias: Permitir maior consumo de água para hidratação e, consequentemente, ida mais frequente ao banheiro.

Hipoglicemias: Oferecer carboidratos de ação rápida como uma colher de sopa de açúcar refinado ou um copo de suco de frutas ou refrigerante não dietético ou light. Se após 15 minutos ainda permanecer com os sintomas repetir o processo. Jamais colocar alimento na boca do aluno inconsciente. Também pode esfregar um Gli Instan internamente na bochecha ou ofertar um bastonete para ingestão.

O que os profissionais da escola devem fazer quando não conseguem identificar o mal estar do aluno com diabetes?

O primeiro passo é medir a glicemia. Se estiver abaixo de 70 mg/dl significa que está muito baixa, devendo ser considerada hipoglicemia. Sempre orientar o aluno a anotar o valor da glicemia no diário de controle. Quando não houver disponível um glicosímetro tratar como hipoglicemia, pois há o risco de desmaio, e comunicar imediatamente o responsável. Se a pessoa estiver inconsciente é importante procurar ajuda médica imediatamente.

O que mais a escola pode fazer pelo aluno com diabetes?

Todos os funcionários devem apóia-lo, integrá-lo socialmente, colaborar para a manutenção de sua saúde e promover condições para o desenvolvimento de todas as suas capacidades no ambine escolar, da mesma forma que com os demais alunos, apenas observando suas especificidades.

Anotações

Famema

unesp
UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
"JÚLIO DE MESQUITA FILHO"

PIBIC
CNPq

Associação Nacional de
Assistência ao Diabético

ANBED

FENAD
Federação Nacional das Associações
e Entidades de Diabetes