



# DIABETES

## NA ESCOLA

### O que é o diabetes tipo 1 (DM1)?

Doença autoimune, ocorre quando o pâncreas não produz insulina, fazendo com que a glicose (açúcar) no sangue aumente.

### O que fazer?

Toda a pessoa com DM1 deve fazer a monitorização da glicemia e a aplicação de insulina antes de cada refeição.

### Hipoglicemia

É a glicose menor que 70 mg/dl

Monitorar a glicemia com mais frequência para evitar a hipo!

Pode causar: Suor, visão embaçada, confusão mental, ansiedade, fome, irritabilidade, tremor, fraqueza, dor de cabeça

### O que fazer?

A correção é individual e deve ser feita com açúcar, mel, suco, bala

---

---

Após a correção aguardar 15min e verificar a glicemia. Estando abaixo de 70 mg/dl repetir o procedimento.

### Hiperglicemia

É a glicose acima de 180 mg/dl

Monitorar a glicemia com mais frequência para evitar a hiper!

Pode causar: Sede, muita vontade de fazer xixi, irritabilidade, dor de estômago,

### O que fazer?

- Beber muita água;
- Medir com mais frequência a glicose;
- Aplicar insulina, conforme orientação médica;
- Se a glicose persistir alta, contate os pais do aluno, para que possam procurar atendimento médico.



# DIABETES NA ESCOLA

## Exercício Físico e atividades extra curricular

O exercício é muito importante no tratamento do diabetes!  
Se apresentar algum dos sintomas de hipoglicemia ou permanecer em atividade física mais de 45 min, é importante medir a glicemia.

## Todos os alunos com diabetes precisam ter um "Kit de Hipoglicemia"

- Aparelho para medir a glicemia;
- Açúcar, mel, bala, suco, para correção rápida - orientação da família no item "hipoglicemia";
- Lanche extra;
- Garrafa com água;

## PLANO DE TRATAMENTO DO DIABETES

(A SER PREENCHIDO PELOS PAIS/RESPONSÁVEIS)

Nome do Aluno: \_\_\_\_\_

Turma: \_\_\_\_\_

## NÚMEROS DE TELEFONES PARA CONTATO:



# DIABETES

## NA ESCOLA

### CUIDADO INDIVIDUAL

Meta para a glicemia (açúcar no sangue): Entre \_\_\_\_mg/dL e \_\_\_\_ mg/dL.

#### HIPOGLICEMIA (BAIXO AÇÚCAR NO SANGUE):

Se abaixo de 70 mg/dL, por favor, faça o seguinte:

Chame o responsável se a glicemia estiver abaixo de \_\_\_\_mg/dL  
(Tel: \_\_\_\_\_)

#### HIPERGLICEMIA (ALTO AÇÚCAR NO SANGUE):

Se acima de 180 mg/dL, por favor, faça o seguinte:

Chame o responsável se a glicemia estiver acima de \_\_\_\_mg/dL  
(Tel: \_\_\_\_\_)