

# Día a día con la diabetes Ciclos: 1º, 2º y 3º

**Tema:** Medir el nivel de glucosa en la sangre

PROFESOR

ALUMNOS

1/3



[www.fundaciondiabetes.org](http://www.fundaciondiabetes.org)

Para cualquiera que tenga diabetes, sobre todo si es niño/a, los controles del nivel de glucosa que tiene en la sangre son la principal fuente de información para conocer su estado y evitar descompensaciones.

Por eso es muy probable que el alumno deba realizar varios de estos controles durante el horario escolar.

El instrumento que utiliza para ello se llama REFLECTÓMETRO. Otros lo llaman "glucómetro" o "aparato para mirar el azúcar".



Hay muchos modelos diferentes pero básicamente todos siguen la misma mecánica:

1º. El niño realiza una pequeña punción en el dedo con un pinchador provisto de una microaguja.

2º. Deposita la gota de sangre en una tira reactiva que previamente se ha insertado en la máquina.

3º. Tras unos pocos segundos ésta arroja el resultado en forma de cifra en una pequeña pantalla digital.

Normalmente el niño apunta el resultado en un diario que le ayuda a él y a los sanitarios que le tratan a ajustar el tratamiento. Sin embargo los modernos aparatos llevan una memoria que registra los resultados, por lo que el alumno puede esperar a llegar a casa para apuntar todos los valores de la jornada.

# Día a día con la diabetes

Ciclos: 1º, 2º y 3º

**Tema:** Medir el nivel de glucosa en la sangre

PROFESOR

ALUMNOS

2/3



[www.fundaciondiabetes.org](http://www.fundaciondiabetes.org)

Salvo excepciones, todos los niños de primaria con diabetes han adquirido la destreza para realizarlos por sí mismos ya que es uno de los primeros objetivos del programa de educación diabetológica que el niño o la niña ha seguido tras su diagnóstico de diabetes.

Sin embargo no está de más que el tutor aprenda el procedimiento. Te sugiero que tú mismo realices una auto comprobación. No temas, es prácticamente indoloro. Por higiene, la microaguja no se puede compartir.

Normalmente el reflectómetro lo porta el propio niño aunque, en ocasiones, los padres facilitan uno para que lo tenga el tutor en su mesa.

## ¿CUÁNDO DEBE REALIZARSE?

Depende de la indicación terapéutica del equipo sanitario que supervisa la evolución del niño. En general debe mirarse el nivel de glucosa antes de cada comida (incluida la media mañana y la merienda), antes de la clase de Educación Física y cuando el niño percibe síntomas de que su nivel de glucosa ha bajado más de lo deseable (hipoglucemia). Esto último puede ocurrir en cualquier momento del día, pero especialmente tras haber realizado un ejercicio más intenso de lo habitual.

Por ello conviene que le facilite la realización de dichas mediciones, normalizándolas.

No es oportuno darle demasiada importancia, bastará con que, después, te intereses por si está bien o no.

*Como puedes imaginarte, algunos niños lo utilizan para convertirse en el centro de atención, mientras que a otros les ocurre lo contrario: tienden a esconderse o a evitar medirse la glucosa para no ser el centro de atención.*

*Se trata pues de conseguir que ese acto sólo sirva para comprobar los niveles de glucosa y nada más.*

# Día a día con la diabetes

Ciclos: 1º, 2º y 3º

**Tema:** Medir el nivel de glucosa en la sangre

PROFESOR

ALUMNOS

3/3



[www.fundaciondiabetes.org](http://www.fundaciondiabetes.org)

## ACTIVIDADES RECOMENDADAS

TÍTULO	DESCRIPCIÓN	CICLO	REF.
¿Qué necesita Carol?	Realización de un puzzle con los objetos que necesita el niño con diabetes para su autocuidado.	1º	<b>09</b>
Trabajando con números (2)	Ordenar de menor a mayor. Sumas.	1º	<b>12</b>
Trabajando con números (3)	De número a letras y de letras a números.	1º	<b>13</b>
Plantilla para el tutor	Plantilla preparada para diseñar ejercicios.	1º	<b>15</b>