

DIABETES Tipo 1

Plan de ATENCIÓN EN CASA



Equipo de APOYO

Clínica: _____

Número de teléfono: _____

Horarios: _____

Después del horario habitual, feriados y fines de semana:

El médico de mi niño: _____

Nombre del paciente: _____



Citas de SEGUIMIENTO

Clase de EDUCACIÓN SOBRE LA DIABETES para la familia:

Fecha: _____ Hora: _____

Ubicación: _____

La próxima visita al MÉDICO de mi niño:

Fecha: _____ Hora: _____

Número de teléfono: _____

Ubicación: _____

OTRA CITA:

Fecha: _____ Hora: _____

Número de teléfono: _____

Ubicación: _____



Cuándo LLAMAR por AYUDA

Llame a su médico si:

- Su niño está enfermo (tiene vómitos y/o cetonas)
- Su niño tiene 1 o más lecturas de bajo nivel de glucosa en la sangre en un período de 2 a 3 días (menos de _____)

Llame al 911 y dele glucagón o GlucaGen si:

- Su niño está inconsciente
- Si tiene una convulsión



AYUDA en línea para la DIABETES

primarychildrens.org/diabetes

Ejemplos de lo que encontrará en el sitio web:

- Instrucciones sobre **INYECCIONES**
- Instrucciones sobre los **CUIDADOS EN UN DÍA DE ENFERMEDAD**
- Consejos para **MANEJAR LA GLUCOSA EN SANGRE**
- **VIDEOS**
- **HISTORIAS** sobre **FAMILIAS** y **PACIENTES** con diabetes
- Instrucciones sobre el **RECuento DE CARBOHIDRATOS**
- Educación electrónica sobre **NUTRICIÓN** (según como se ve en el hospital) y más
- Tarjetas de **DOSIFICACIÓN DE INSULINA**

Solicite ayuda a su proveedor para configurar el portal MyHealth de Intermountain.





TAREAS diarias

- Medir y hacer un seguimiento del nivel de glucosa en sangre de mi niño
- Darle insulina según la prescripción
- Asegurarme de que mi niño no se salte las comidas ni las dosis de insulina
- Comunicarme con mi proveedor u orientador en diabetes cada 2 o 3 días



Metas de glucosa en sangre

Durante el día: _____

Hora de acostarse: _____



Dentro de los primeros 3 DÍAS después de ir a casa

- Comuníquese con la **ESCUELA O GUARDERÍA** de su niño y hable acerca de un plan de atención para él.
- Reúnase personalmente con los maestros y administradores de su niño, enfermeras del distrito escolar, entrenadores y coordinadores de actividades. Explíqueles acerca de los **NIVELES BAJOS DE GLUCOSA EN SANGRE** (hipoglicemia), las meriendas y cuándo **LLAMAR POR AYUDA**. Asegúrese de que tengan una copia del **PLAN DE ACCIÓN DE EMERGENCIA**. Incluya los números de contacto de **TODOS** los padres y tutores legales. Escriba los números en los siguientes espacios como recordatorio. _____

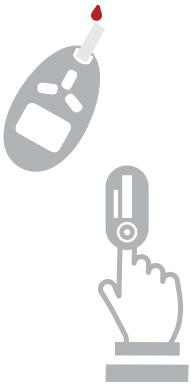
- Prepare un **BOTIQUÍN** para su niño que incluya los suministros para medir, la insulina y los dispositivos para aplicarla y un kit de glucagón o Glucogen.
- Comuníquese con su proveedor de **SEGUROS**. Consúltele si cuenta con un defensor del paciente diabético o administrador de atención con el que pueda trabajar en conjunto. Averigüe qué puede esperar pagar por la insulina y los suministros y cuáles están cubiertos.
- Haga un **PLAN** para cubrir las necesidades de su niño durante las próximas vacaciones escolares, eventos deportivos y otros eventos fuera de la escuela, o cuando viaje.



QUÉ hacer a la hora de acostarse:

Mida el nivel de glucosa en sangre y de carbohidratos según corresponda:

- Nivel de glucosa por debajo de 80: bocado con 30 gramos de carbohidratos sin insulina, **no opcional**
- 80 a 100 de glucosa en sangre: bocado con 15 gramos de carbohidratos sin insulina, **no opcional** (si está tratando la glucosa en sangre por debajo de 100, vuelva a medir el nivel de glucosa en sangre en 2 horas para asegurarse de que esté por encima de 100.)
- Glucosa en sangre por encima de 100: no se necesita ningún bocado a la hora de acostarse
 - Si desea comer un bocado, de insulina para los carbohidratos más una dosis correctiva para el nivel alto de glucosa en sangre **si fuera necesario** (según la tarjeta de dosis correctiva).
 - Si el niño no desea un bocado, de una dosis correctiva para el nivel alto de glucosa en sangre **solo si fuera necesario** (según la tarjeta de dosis correctiva).



Vigilar el bajo nivel de glucosa en sangre

El bajo nivel de glucosa en sangre (hipoglucemia) es una condición peligrosa en la diabetes de tipo 1. Aparece por lo general cuando el niño no termina una comida o bocadillo, o durante y después de hacer ejercicio. **CONOZCA LOS SÍNTOMAS** de un bajo nivel de glucosa en sangre:

- Piel pálida
- Temblores o mareos
- Movimientos burdos o bruscos
- Hambre
- Hormigueo alrededor de la boca
- El niño presenta mal humor, nerviosismo, irritabilidad o llora fácilmente
- Dolor de cabeza
- Dificultad para prestar atención o confusión
- Desmayos o convulsiones
- Transpiración

Recuerde la regla 15/15:

Trate la glucosa baja en sangre con 15 gramos de carbohidratos de acción rápida. Revise la glucosa en sangre a los 15 minutos. Si aún está por debajo de 80 mg/dl, dele otro bocadillo con 15 gramos de carbohidratos. Revise nuevamente los niveles de glucosa en sangre 15 minutos después. Repita este procedimiento hasta que la glucosa en sangre sea superior a 80. **Si su niño está inconsciente o tiene una convulsión, use glucagón o GlucaGen según la prescripción.**



QUÉ debo CONTAR a mi familia, amigos y cuidadores

¿Qué es la diabetes tipo 1?

Nuestro niño tiene diabetes tipo 1. Con diabetes tipo 1, el páncreas no produce suficiente insulina. Las células en el cuerpo humano necesitan insulina para transformar la glucosa (azúcar) en energía. La glucosa proviene de los carbohidratos. Los carbohidratos se encuentran en las frutas, vegetales, panes, leche y cualquier cosa a la que se le agrega azúcar. Debido a que el cuerpo de nuestro niño no produce insulina, o no tiene suficiente insulina, la glucosa permanece en la sangre en lugar de ir hacia las células. Esto es lo que hace que nuestro niño se enferme.

¿Cuál es el tratamiento?

Para estar sanos, los niños con diabetes tipo 1 TIENEN que colocarse una inyección de insulina con cada comida y a veces con los bocadillos. Se debe controlar el nivel de glucosa en sangre antes de cada comida y a veces con las meriendas. Esto es para asegurarse de que reciban la dosis correcta de insulina para mantener su nivel de glucosa en sangre en un rango saludable. Si el nivel de glucosa en sangre es demasiado bajo, tal vez necesite comer un bocadillo para modificarlo. Nuestra familia puede pedirle que haga estas cosas para asegurarse que nuestro niño se sienta bien cuando esté a su cuidado.

¿Cuál es la diferencia entre la diabetes tipo 1 y tipo 2?

La diabetes tipo 1 NO es la misma que la diabetes tipo 2. La diabetes tipo 1 es una enfermedad autoinmune y casi siempre comienza en la infancia. Ni el niño ni la familia hicieron algo para provocarlo. Simplemente sucede. Las personas con diabetes tipo 1 no tienen una dieta específica. El niño puede comer los mismos alimentos que usted. La diabetes tipo 2 aparece por lo general en los adultos. Generalmente está en la familia y se puede relacionar con la elección de alimentos y actividades.





FARMACIA y SUMINISTROS

Mi FARMACIA: _____ Mi SEGURO: _____
 Teléfono: _____ ID del seguro: _____
 Horario: _____ Teléfono: _____
 Ubicación: _____ Administrador del caso o defensor: _____
 Sitio web: _____ Correo electrónico: _____

- Medidor y tiras: _____ Tiras reactivas para cetona: _____ Lancetas: _____
 Jeringas: _____ Kit de glucagón o GlucaGen Paños con alcohol: _____
 Aguja para pluma: _____ (encierre una con un círculo) Otro: _____

Insulina

ACCIÓN PROLONGADA

glargina (Lantus)



glargina (pluma Basaglar)



detemir (Levemir)



degludec (pluma Tresiba)



U300 glargina (pluma Toujeo)



HABLE CON EL MÉDICO DE SU NIÑO ANTES DE USAR UN TIPO DIFERENTE DE INSULINA

ACCIÓN RÁPIDA

lispro (Humalog)



aspart (NovoLog)



glulisina (Apidra) lispro



(Admelog)



Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se proveen servicios de interpretación gratis. Hable con un empleado para solicitarlo.

©2017-2018 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de atención médica. Hay más información disponible en intermountainhealthcare.org. Patient and Provider Publications DB0485-09/18 (Spanish translation 10/18 by inWhatLanguage)