

# DIABETE 360°

## MODULO 11

A scuola e... in vacanza



I.R.C.C.S. Ospedale  
San Raffaele



SOSTegno



Insieme ai ragazzi diabetici  
ORGANIZZAZIONE DI VOLONTARIATO

# OBIETTIVO DEL MODULO

## Quali nozioni vogliamo condividere

Per l'alunno la Scuola è il primo banco di prova della vita con il diabete.

I genitori devono muoversi con fiducia richiamando la Scuola ai suoi doveri di accoglienza e sicurezza.

Gli strumenti esistono e vanno attivati ma occorre informare bene il personale scolastico.

Le vacanze e i viaggi non sono un problema ma occorre organizzarsi per bene.



# IL RAPPORTO CON LA SCUOLA

# La Scuola è importante

Vostro figlio passa a scuola da 6 a 8 ore al giorno. I suoi insegnanti sono la figura adulta più importante fuori dalla famiglia. A scuola quindi 'mette alla prova' il suo essere diabetico nei confronti degli altri adulti e soprattutto dei coetanei. È importantissimo che questa esperienza sia meno spiacevole possibile.



# **NON ABBIATE PAURA**

In poche settimane siete riusciti a imparare e mettere in pratica tutte le regole della gestione del diabete ottenendo ottimi risultati.

È comprensibile che ne siate orgogliosi.

Ma non fate trasparire sfiducia e preoccupazione nei confronti delle capacità di accoglienza della scuola. Non date l'idea che solo a casa il bambino può essere al sicuro.

# La Scuola prefigura il futuro

Forse ora vostro figlio passa buona parte del suo tempo libero in casa.

Domani, molto presto, la parte più importante della sua vita si svolgerà fuori dalla famiglia, in contesti ancora meno controllabili della Scuola.

La Scuola è quindi una 'sala prove' dove il bambino potrà sperimentare ambiti di autonomia crescenti.



# I coetanei

Di rado i compagni di classe discriminano i bambini con diabete. La reazione è generalmente una accettazione piena di interesse anche per i gadget elettronici che il bambino con diabete utilizza. Non chiedete, anzi rifiutate, atteggiamenti di eccessiva protezione da parte di docenti, compagni di classe o loro genitori. Il diabete in sé non causa nessuna difficoltà di apprendimento o di comportamento.





**COSA POSSO**

**▶ CHIEDERE ◀**




# Un luogo sicuro

La reazione degli adulti (insegnanti e personale non docente) è diversa. Moltissimi non hanno mai conosciuto un bambino/ragazzo con diabete. Nemmeno gli insegnanti di materie scientifiche hanno le idee chiare su cosa sia il diabete di tipo1. Peggio: hanno conoscenze errate e pregiudizi. Temono di trovarsi davanti a situazioni che non sanno gestire o di assumere delle responsabilità anche penali.



# Più informazione, migliore accoglienza

La chiusura degli adulti a scuola (e fuori) è dovuta spesso a ignoranza, conoscenze errare e paura di sbagliare ed essere ritenuti responsabili. Informazione e disponibilità sono spesso sufficienti la formula è 

SOSTegno70 dispone nel suo sito e nella sua sede di materiale informativo apposito per il personale scolastico



# **ATTIVARE LE PROCEDURE**

All'esordio o all'iscrizione in un nuovo ciclo scolastico occorre attivare una procedura ben precisa. Per prima cosa informate il Dirigente scolastico, il responsabile di Plesso e il coordinatore dei docenti di quella classe.

# **IL PIANO INDIVIDUALE**

Il Centro di Diabetologia Pediatrica stenderà un Piano individuale di Trattamento diabetologico da consegnare al dirigente scolastico che contiene tutte le informazioni necessarie per la gestione quotidiana (glicemie, alimentazione, esercizio fisico) e per le situazioni speciali.

# No alla protezione eccessiva

Può succedere che un compito in classe o una interrogazione coincida con una leggera ipoglicemia.

In questo caso, ma solo in questo caso, potete chiedere comprensione.

Non chiedete, anzi rifiutate, atteggiamenti di eccessiva protezione da parte di docenti, compagni di classe o loro genitori.

Il diabete in se non causa nessuna difficoltà di apprendimento o di comportamento.



# Iniezioni ed emergenze

Non potete pretendere ma **potete chiedere** che un adulto a scuola si renda disponibile a effettuare le iniezioni di insulina o a intervenire con il glucagone in caso di emergenza.





**▶ IN CONCRETO ◀**

# Cosa mettere nello zaino

A scuola bisogna sempre avere a portata di mano:

- glucometro e strisce;
- pungidito e lancette;
- sensori;
- insulina;
- penne o microinfusore;
- salviette disinfettanti;
- zuccheri semplici.





# Educazione fisica

A scuola si mette alla prova anche la propria fisicità (educazione fisica, giochi durante gli intervalli) è importante, a costo di correre qualche rischio, che il bambino non si senta o non sia trattato come fisicamente diverso dagli altri.



# Mensa

Non è il caso di far mangiare il bambino a casa. Le mense scolastiche preannunciano i menù e sono coerenti nelle porzioni. È possibile calcolare la dose di insulina necessaria.

L'insegnante di turno dovrà però controllare che il bambino mangi la quantità prevista dei cibi che contengono carboidrati.



# Gite scolastiche

Se il diabete è ben controllato, il bambino ha un certo grado di autonomia e ha tutto l'occorrente può partecipare ai viaggi di istruzione anche se prevedono pernottamenti.

I genitori devono disporre del programma dettagliato per pianificare la terapia insulinica.



# ▶ COSA ABBIAMO IMPARATO ◀

- I genitori devono avere e trasmettere fiducia nella capacità della Scuola di accogliere l'alunno con diabete.
- La scuola è un ambiente protetto dove il bambino e il ragazzo misura la sua autonomia.
- Va conosciuto e attivato un iter burocratico definito.
- Per placare le ansie dei docenti la strada migliore è la formazione
- Prevenire ogni discriminazione compresi atteggiamenti di iper-protezione





**IN VACANZA**

# Possiamo andare in vacanza?

Certo: dove volete. Mare o montagna, Italia o Estero, in albergo, in casa, in campeggio. Il solo fatto di stare all'aria aperta migliora l'equilibrio glicemico. L'aumentata attività fisica in vacanza potrebbe rendere consigliabile una leggera riduzione delle dosi di insulina che devono mantenere però la loro regolarità. Concordate con il Diabetologo uno schema insulinico apposito.



# Un doppione di tutto

Tutto l'occorrente deve essere duplicato e tenuto in borse diverse in luoghi diversi.  
Una in albergo e una in auto.  
Una nella stiva e una in cabina (attenzione: mai insulina nel bagaglio stivato).  
Il necessario per misurare la glicemia e assumere insulina deve essere sempre a portata di mano.



# Microinfusori in spiaggia

I microinfusori e i sensori rischiano di rovinarsi in acqua.  
Nulla impedisce di praticare un bolo (da discutere con il diabetologo) e poi staccarli per un massimo di 30 minuti.





## **RITORNO ALLA “PENNA”**

Chi non si sente a suo agio nel farsi vedere con il microinfusore può decidere di tornare per un certo tempo alla terapia per iniezione (concordando uno schema con il diabetologo).



# ▶ **ATTENZIONE** ◀

I contenuti condivisi in queste slide sono stati scientificamente controllati.

Ogni indicazione però, anche la più banale, va adattata della specifica realtà di ogni persona con diabete e di ogni famiglia.

Verificate sempre il da farsi con il Team Diabetologico.

**Grazie per l'attenzione**

