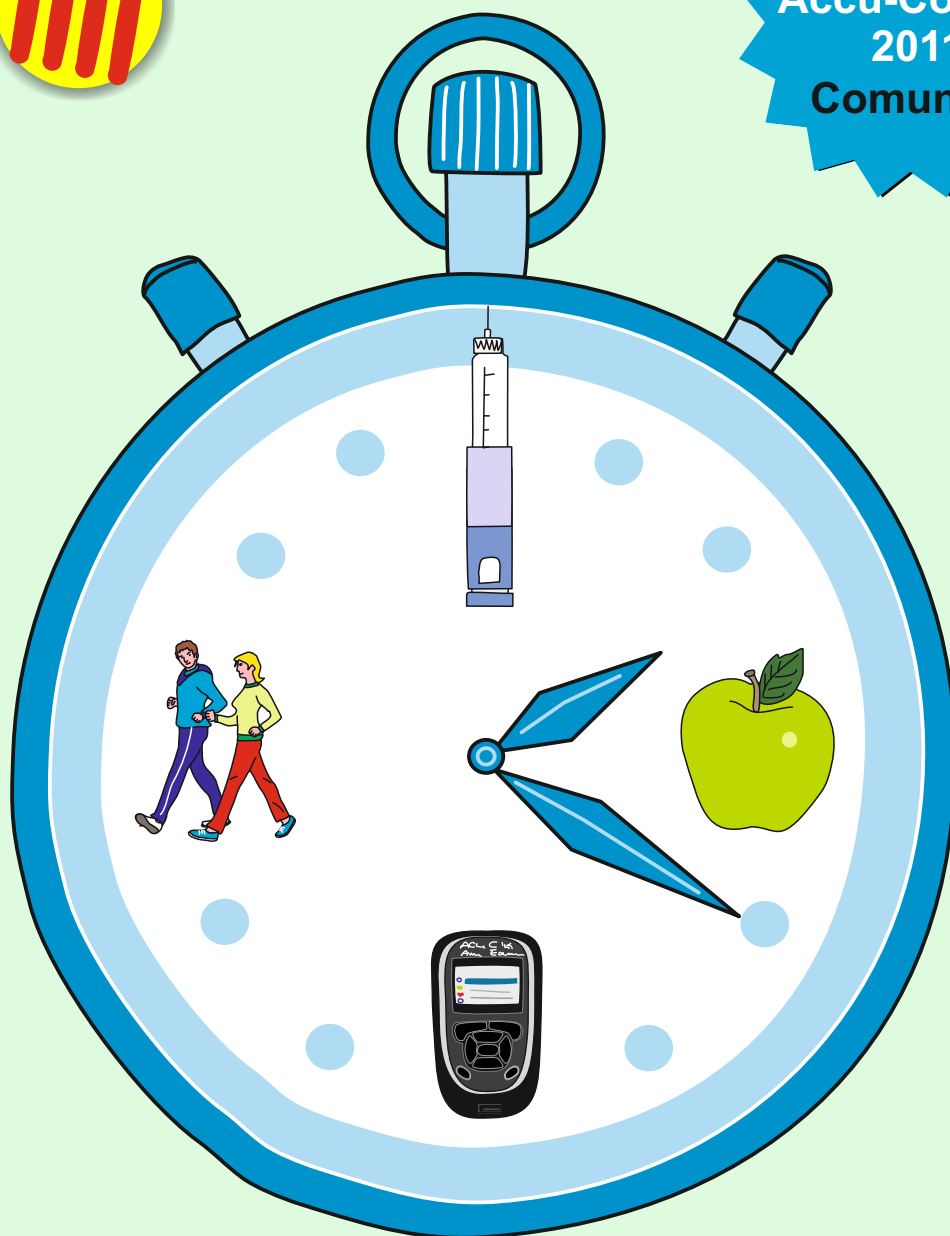


# Cro-educa

Àlbum de cromos



Premi  
Accu-Consult  
2011  
Comunitat



Miguel Flores - Elena Flores  
Infermers

[www.mfloresimagina.es](http://www.mfloresimagina.es)

© meflores 2012

## Introducció

Quan amb un nen se li descobreix (diagnostica) que té diabetis, es diu que ha "debutat". Normalment, aquest fet requereix un període d'hospitalització, en el qual és molt important que tant al nen com a la seva família se'ls expliquin tots aquells temes que es consideren bàsics per assumir el millor possible aquesta nova situació i aconseguir un control adequat.

Durant aquests primers dies és molta la informació que es rebrà sobre aspectes variats i algun nou com: la insulina, l'autocontrol, l'alimentació, les tècniques, l'escola...

Volíem buscar una eina pràctica, atractiva, senzilla, que al mateix temps fos motivadora per als nens i també que servís per registrar l'activitat educativa realitzada en aquest període del "debut". Vam pensar que per aquest objectiu el millor era un àlbum d'enganxines: Cro-educu. Aquest s'ha dissenyat amb la finalitat de servir de cronograma (calendari de treball) durant aquest període.

A mida que es vagin treballant i assimilant els diversos capítols, el professional que ho expliqui anirà entregant al nen/a l'enganxina corresponent i aquest la tindrà que enganxar a la casella que coincideixi amb el mateix número.

D'aquesta forma, a mode de joc, es dispondrà d'un registre de l'activitat realitzada que ens permetrà saber en tot moment els temes que ja han estat tractats i els que queden pendents.

En cada apartat s'ha ficat un petit espai destinat a anotacions puntuals sobre aquest.

Al final de l'àlbum es disposa d'una fitxa d'observacions per anotar aquells aspectes que resultin útils als professionals que puguin atendre al nen en altres nivells assistencials.

Finalment, quan s'han completat tots els temes, s'entrega l'enganxina final: DIPLOMA, que acreditarà la seva excel·lent progressió en la fase del debut.

Esperem que us agradi i sobretot què sigui útil.

Elena Flores i Miquel Flores.  
Infermers

2

Nom ..... Cognoms .....

Curs escolar..... Edat..... Data del debut.....

Centre.....

Metge .....

Infermera.....

Nutricionista .....

Observacions .....

.....

## La diabetis

1.- Què és la diabetis?  
Síntomes

2.- Tipus

3.- Tractament

3

## L'alimentació

4.- Alimentació i diabetis

5.- Ració  
Equivalències

6.- Menú diari

## Insulina

7.- Què és i per a qué serveix

7

8

8.- Tècnica i zones

9.- Xeringues, plomes...

9

4

## Exercici

10

10.- Diabetis i exercici

11.- Beneficis

11

12

12.- Precaucions

## Autocontrol

13.- Autoanàlisi i autocontrol  
Glucèmia, glucosúria, cetonúria

13

14

14.- Tècniques: sang / orina

15.- Objectius  
Registre

15

5

## Hipoglucèmia

16

16.- ¿Què és?  
Síntomes

17.- Causes  
Tractament

17

18

18.- Glucagón

## Hiperglucèmia /Cetosis

### 19.- Hiperglucèmia

19

### 20.- Cetosis

### 21.- Situació d'emergència

21

6

## A l'escola

### 22.- Relació família escola

22

### 23.- Aspectes a tenir en compte

23

### 24.- Descompensacions Glucagón (Autorització)

24

## Atres malalties

25.- Diabetis i altres malalties

25

26

26.- Consells

27.- Anar a l'hospital si...

27

7

## Viatges / excursions

28

28.- Planificació: Destinació, tractament, alimentació...

29.- Documentació

29

30

30.- Material

## Altres coses

31.- Ésser o tenir  
Identificació



32.- Associacions

33.- Contactar



8

## Diploma



## Observacions

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

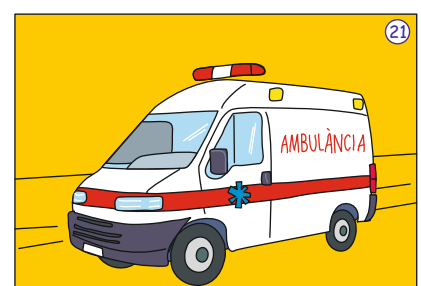
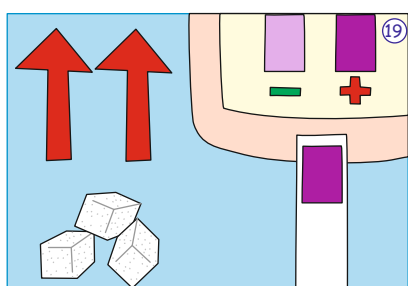
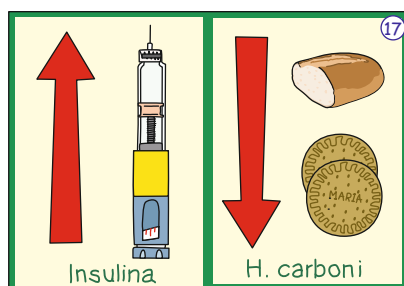
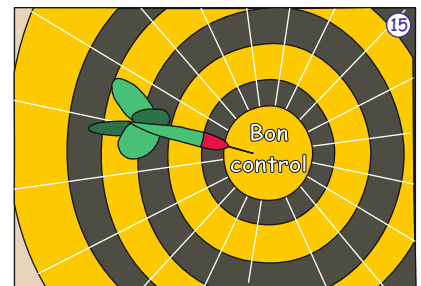
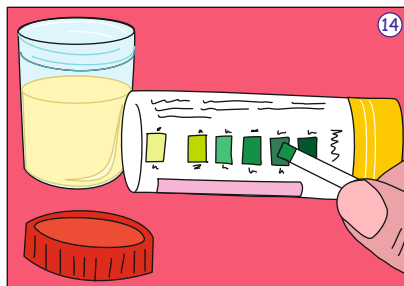
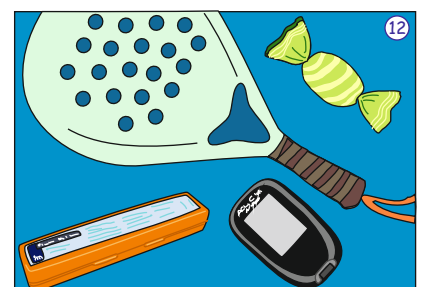
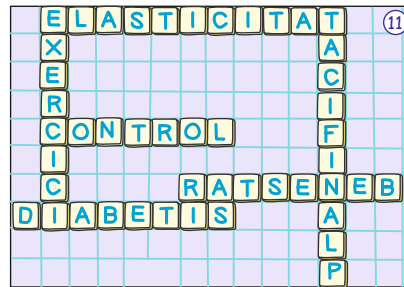
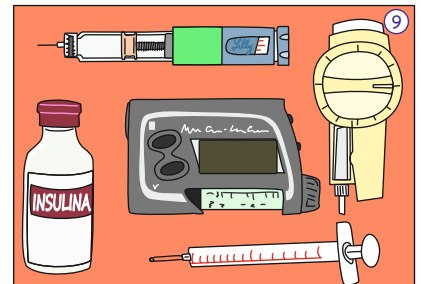
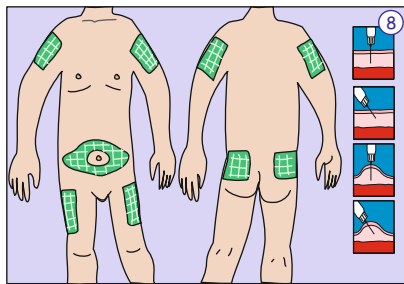
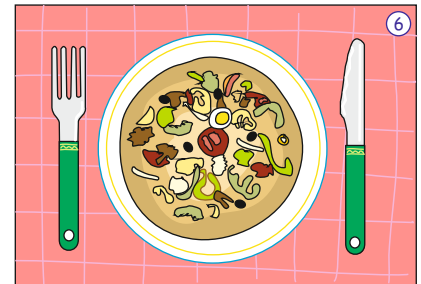
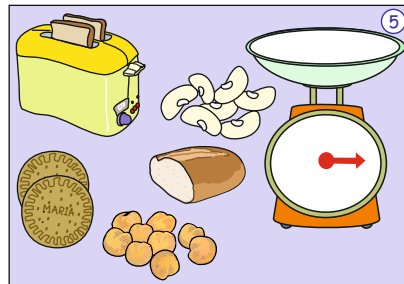
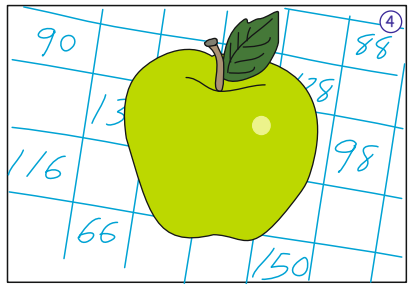
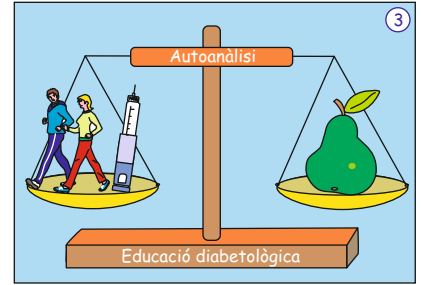
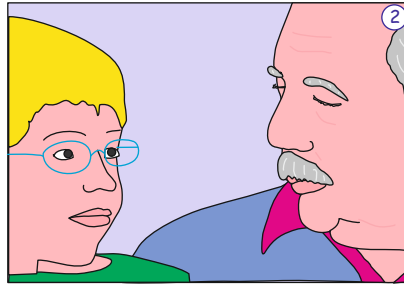
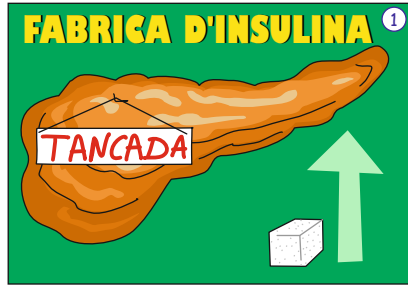
9

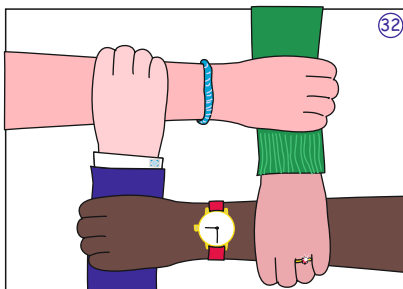
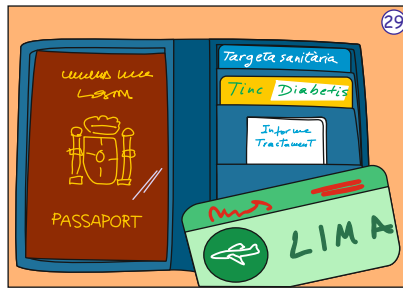
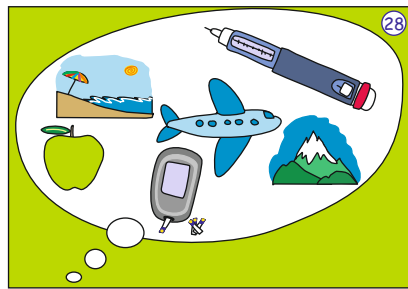
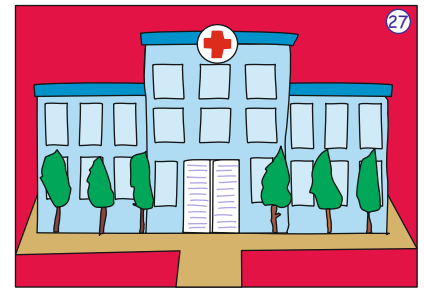
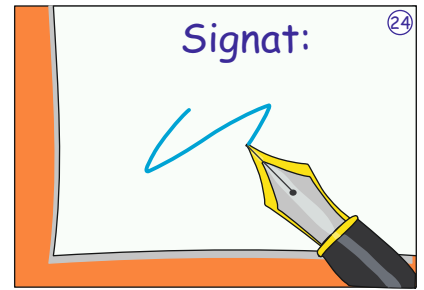
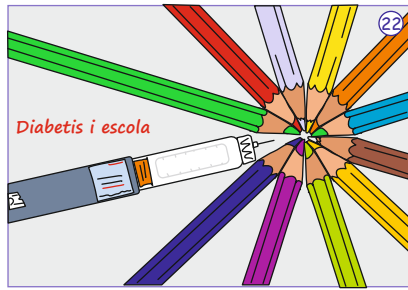
## Tinc

Les enganxines que ja tens les pots marcar:



|    |    |    |         |    |    |
|----|----|----|---------|----|----|
| 1  | 2  | 3  | 4       | 5  | 6  |
| 7  | 8  | 9  | 10      | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16      | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22      | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28      | 29 | 30 |
| 31 | 32 | 33 | DIPLOMA |    |    |





# ★ DIPLOMA ★

Atorgat a .....  
per la seva **EXCEL·LENT** progressió en el moment  
del seu debut en diabetis.

Centre:.....

Educador:.....

Data:.....



## Informació pels educadors

Com s'explica en l'introducció, *Cro-educa* és una eina dissenyada per als professionals amb la finalitat de facilitar un registre de l'activitat educativa que es realitza en la fase del debut. Està destinat, principalment, a nens de 4 anys en endavant i a les seves famílies, però també pot ser utilitzat per repassar conceptes en nens amb diabetis de més temps d'evolució, que van a campaments...

No és un manual d'educació de Diabetis tipus 1, però sí que pot ser utilitzada com a guia orientativa dels temes a tractar en la fase inicial d'ingrés a l'hospital.

A continuació s'ofereix un suggeriment dels apartats que es poden abordar en cadascun dels capítols.

L'ordre, la quantitat d'informació, el contingut, material de reforç.... que es vulgui utilitzar, queda a criteri del professional en funció de les característiques del nen i la seva família.

### La diabetes

#### 1. ¿Què és?

- Síntomes

#### 2. Tipus

#### 3. Tractament

### Alimentació

#### 4. Alimentació i diabetis

- Classificació dels aliments
- Hidrats de carboni d'absorció ràpida i lenta

#### 5. Concepte de ració

- Equivalència entre aliments

#### 6. Menú diari

- Distribució dels hidrats de carboni

### Insulina

#### 7. Què és i per a que serveix?

- Tipus
- Conservació i transport

#### 8. Tècnica i zones d'administració

- Rotació
- Barreja d'insulines

#### 9. Xeringues, plomes..

- La meva pauta

### Exercici

#### 10. Diabetis i exercici

#### 11. Beneficis

#### 12. Precaucions

- Recomanacions per abans, durant i després.

### Autocontrol

#### 13. Autoanàlisi i autocontrol

- Glucèmia, glucosúria, cetonúria...
- Controls diaris
- Controls especials

#### 14. Tècnica : Sang/orina

#### 15. Objectius / registre

### Hipoglucèmia

#### 16. Què és?

- Síntomes
- Prevenció

#### 17. Causes

- Tractament

#### 18. Glucagón

- Què és?
- Indicació
- Conservació
- Tècnica d'administració

### Hiper /Cetosis

#### 19. Hiperglucèmia

- Què és?
- Síntomes
- Causes

#### 20. Cetosis

- Què és?
- Què fer?
- Causes
- Tractament

#### 21. Situació d'urgència

### Escola

#### 22. Relació família / escola

- Professors/tutor
- Companys

#### 23. Aspectes a tenir en compte

- Alimentació
- Exercici
- Celebracions
- Excursions

#### 24. Descompensacions

- Prevenció i tractament
- Glucagón (autorització)

### Altres malalties

#### 25. Diabetis i altres malalties

- Vacunes

#### 26. Consells

#### 27. Anar a l'hospital si...

### Viatges / excursions

#### 28. Planificació

- Destinació
- Mitjà de transport
- Durada
- Horaris
- Tractament
- Alimentació

#### 29. Documentació

- Identificació
- Segurs
- Informes

#### 30. Material

### Altres coses

#### 31. Ésser o tenir

- Identificació
- Viure amb diabetis
- Diabetis i internet

#### 32. Associacions

- Campaments

#### 33. Contactar

- Persones de contacte
- Mitjans de contacte