

# Día a día con la diabetes

Ciclos: 2º y 3º

**Tema:** Excursiones y campamentos

PROFESOR

ALUMNOS



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

Las excursiones con el colegio son algo muy especial. Casi siempre son divertidas y se hacen cosas que, normalmente, no hacemos (visitar lugares interesantes, jugar, comer de bocadillo, ver a la profesora en ropa de deporte, estar más tiempo con los amigos...).

Tu compañero/a con diabetes puede disfrutar de ello igual que tú, siempre que lo prepare adecuadamente.

Cuando hay algo extraordinario, sus padres o su enfermera se encargan de planificar con él/ella ese día tan especial:

*Calcular cuánta insulina debe ponerse, qué va a comer, etc.*

Pero es imposible pensar en todo y además pasan cosas imprevistas. Por eso, para comprobar que todo está en orden, debe medirse la glucosa más veces.

No te sorprendas si le ves todo el día con la máquina en la mano. No pienses que está malo. Es porque así podrá hacer las mismas cosas que tú.

## **Lo que debe llevar siempre a mano es:**

- El aparato para medirse la glucosa.
- El pinchador para poder sacarse una gota de sangre.
- Una pluma de insulina.
- Azucarillos o zumo por si tiene la glucosa muy baja (hipoglucemia).