

Día a día con la diabetes

Ciclos: 1º y 2º

Tema: Los cumpleaños (2)

PROFESOR

ALUMNOS



www.fundaciondiabetes.org

Ya sabes que Carol debe mantener un buen equilibrio entre lo que come de aquellas cosas que producen energía y la insulina que se inyecta.

Casi todas las cosas que se llevan en los cumpleaños tienen mucho azúcar.

Para que Carol pueda comérselas sin problemas necesita hacer cálculos muy complicados sobre la insulina que debe inyectarse y, aún así, no le resultaría nada fácil acertar.

Por eso los padres y el médico de Carol le recomiendan que mejor no lo haga. Pero muchas veces eso le hace sentirse triste, viendo cómo los demás pueden comer y ella no.

Una buena forma de ayudarle sería que os pusierais de acuerdo entre todos qué llevar para celebrar el cumpleaños cuando a uno le apetezca hacerlo:

- Una bolsa pequeña de ganchitos y un chicle (para Carol de los de sin azúcar)
- Un huevo Kinder
- Unas pinturas o algún otro pequeño detalle
- Nada

Además de ayudar a tu compañero o compañera con diabetes tiene otras muchas ventajas:

- Evitar competir por ver quién lleva más
- Comer más sano...

¿Tú qué opinas?

¿Se te ocurre alguna idea para proponer en tu clase?