

# Egunez egun diabetesarekin

Zikloa: 1.a eta 2.a

## Caia: Urtebetetzeak (2)

IRAKASLEA

IKASLEAK



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

Badakizu Carolek energia sortzen duten elikagaien eta injektatzen duen intsulinaren arteko oreka mantendu behar duela.

Urtebetetze-egunean klasera eramaten diren jaki gehienek azukre asko izaten dute.

Carolek, gozoki horiek jan ahal izateko, zenbat intsulina injektatu behar duen kalkulatu behar du. Kalkulu horiek oso zailak dira eta, hala ere, ez da erraza izaten kopuru egokia zein den asmatzea.

Hori dela eta, gurasoek eta medikuak gozokiak ez jateko esaten diote Caroli. Baina, askotan, gainerakoak gozokiak jaten ikusten dituenean triste sentitzen da.

Caroli laguntzeko egokia litzateke urtebetetze-egunetan klasera eramaten dituzuen gozokiak denon artean adostea:

- Patata-zorro txiki bat eta txikle bat (Carolentzat azukrerik gabea)
- Kinder arrautza bat
- Margo batzuk edo bestelako oparixoren bat
- Ezer ere ez

Zure ikaskideari laguntzeaz gain, zerrenda hori adostea bestelako abantaila batzuk ere baditu:

- Norgehiagokak ekiditea
- Elikadura osasuntsuagoa izatea...

Zer iruditzen zaizu zuri?

Ba al duzu klasean proposatzeko ideiarik?