

# Día a día con diabetes

Ciclos: 2º e 3º

**Tema:** Excursións e campamentos

PROFESOR

ALUMNOS



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

As excursións co colexio son algo moi especial. Case sempre son divertidas e fanse cousas que, normalmente, non facemos (visitar lugares interesantes, xogar, comer de bocadillo, ver a profesora en roupa de deporte, estar máis tempo cos amigos...).

O teu compañeiro ou compañeira con diabetes pode gozar diso igual ca ti, sempre que se prepare axeitadamente.

Cando hai algo extraordinario, os seus pais ou a súa enfermeira encárganse de planificar con el/ela ese día tan especial:

**calcular canta insulina debe poñer, que vai comer, etc.**

Pero é imposible pensar en todo e, ademais, pasan cousas imprevisitas. Por iso, para comprobar que todo está en orde, debe medir a glicosa máis veces.

Non te sorprendas se o ves todo o día coa máquina na man. Non penses que está mal. É porque así poderá facer as mesmas cousas ca ti.

**O que debe levar sempre á man é:**

- O aparato para medir a glicosa.
- O picador para poder sacar unha gota de sangue.
- Unha pluma de insulina.
- Pedras de azucre ou zume por se ten a glicosa moi baixa (hipoglicemia).