



# CÂMARA MUNICIPAL DE ARARAQUARA

**Indicação nº 443/2026**

Indico o acolhimento da cartilha  
Convivendo com Meu Aluno Diabético Tipo  
1, elaborada pelo grupo Missão Doce.

Indico ao Senhor Prefeito Municipal a necessidade de entrar em entendimento com o setor competente, no sentido de que seja acolhida a cartilha Convivendo com Meu Aluno Diabético Tipo 1, elaborada pelo grupo Missão Doce, que segue anexa.

A cartilha elaborada está linda e muito educativa.

Solicito que seja acolhida e distribuída aos servidores da Educação, para que todos possam ter conhecimento e saber agir na hora certa.

Na expectativa de uma breve manifestação a respeito, ensejo para reiterar meus votos de estima e apreço.

Sala de Sessões “Plínio de Carvalho”, 19 de janeiro de 2026.

FABI VIRGÍLIO



# Convivendo com Meu Aluno

# DIABÉTICO TIPO 1

## Missão Doce!



# Conhecer o diabetes tipo 1 ajuda o educador a:



**cuidar melhor do aluno,  
identificar sinais de hipoglicemia ou  
hiperglicemia e agir rapidamente em  
situações de risco. Com informação, é possível  
criar um ambiente escolar seguro, inclusivo e  
acolhedor, permitindo que a criança participe  
de todas as atividades sem limitações.**



# O que é diabetes tipo 1 e seus riscos



O diabetes tipo 1 é quando o corpo não consegue produzir **insulina**, um hormônio que transforma o açúcar em energia. Sem ela, o açúcar no sangue pode ficar muito alto ou muito baixo.



Isso pode causar fraqueza, tontura ou desmaios. Por isso, é importante monitorar a glicose, tomar insulina, se alimentar direitinho e ter acompanhamento médico.

Com **cuidado**, a criança com diabetes tipo 1 pode brincar, estudar e se divertir com **segurança**!





# O que é hipoglicemia



Hipoglicemia é quando o açúcar no sangue fica  **muito baixo** , e o corpo começa a avisar que precisa de  **energia rapidinho!**  A criança pode se sentir fraca, com  **fome, tonta, nervosa**  ou até  **tremer.**



Para resolver, basta dar algo  **doce,**  como  **suco**  ou  **balas,**  e  **descansar**  um pouco. Com  **cuidado**  e  **atenção,**  a  **hipoglicemia**  pode ser  **controlada rapidamente,**  permitindo que a criança continue  **brincando, estudando**  e de  **divertindo**  com  **segurança!**



# Sintomas de Hipoglicemia



**Tremores**



**Visão Embaçada**



**Suor Frio**



**Fome Repentina**



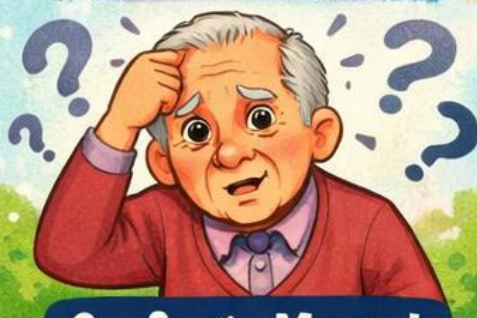
**Ansiedade**



**Irritabilidade**



**Fraqueza**



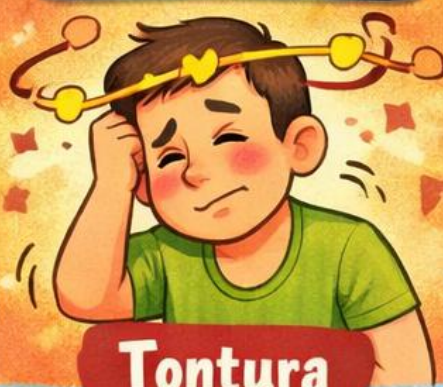
**Confusão Mental**



**Sonolência**



**Dor de Cabeça**



**Tontura**



**Palidez**



# Como tratar a Hipoglicemia

A hipoglicemia acontece quando o açúcar no sangue cai rápido, e o corpo dá sinais de alerta!

Para ajudar a criança a se sentir bem de novo, podemos usar o superpoder da energia rápida:



## Dar algo doce

suco, bala ou fruta ajudam o açúcar a subir rapidinho.



## Descansar um pouquinho

sentar ou ficar calmo enquanto o corpo recupera energia.



## Monitorar o açúcar

verificar com glicosímetro ou sensor se tudo voltou ao normal.



## Monitorar o açúcar

verificar com glicosímetro ou sensor se tudo voltou ao normal.



## Se a criança desmaiar:

colocar um pouco de açúcar na boca, chamar a ambulância imediatamente e avisar os pais. Algumas crianças têm um kit hipo na bolsa, que ajuda a agir rápido!



Com esses cuidados, a criança fica segura, forte e pronta para continuar brincando, estudando e se divertindo!



# O que é hiperglicemia?

Hiperglicemia acontece quando o açúcar no sangue fica  **muito alto**. O corpo avisa que precisa de atenção!



**Sede**



**Cansaço**



**Ir ao  
banheiro  
várias vezes.**

**Para cuidar, é importante...**



**Tomar a insulina  
certa**



**Se alimentar direitinho,**



**Beber água**

**Com cuidado e acompanhamento, a criança consegue continuar brincando, estudando e se divertindo com segurança!**



# Sintomas de Hiperglicemia



**Sede Excessiva**



**Boca Seca**



**Vontade de Urinar com Frequência**



**Cansaço Excessivo**



**Visão Embaçada**



**Dor de Cabeça**



**Fome Aumentada**



**Náuseas**



**Perda de Peso sem Explicação**



**Pele Seca**



**Dificuldade de Concentração**



**Sonolência**



**Respiração Rápida**



**Hálito com Cheiro Adocicado (pareide com fruta)**



**Vômitos**

# Como medir o diabetes e suas tecnologias



**Glicosímetro**



**Sensor de glicemia**



**Bomba de insulina**

Medir o diabetes é como ter superpoderes para cuidar do corpo! Existem várias tecnologias que ajudam a saber como está o açúcar no sangue:



Com essas tecnologias, a criança pode brincar, estudar e se divertir com segurança, porque sempre sabe se o açúcar está equilibrado!



# Teste de ponta de dedo

O teste de ponta de dedo é como um superpoder que ajuda a criança e o educador a descobrir **quanto açúcar tem no sangue!**

Com um furinho bem pequeno na ponta do dedo, algumas gotinhas de sangue vão para um aparelhinho chamado **glicosímetro**, que mostra o número rapidinho.



Esse número conta se o açúcar está no **ponto certo**, **muito alto** ou **muito baixo**, ajudando a decidir se precisa tomar insulina, comer algo doce ou só continuar brincando com **segurança**.

É rápido, simples e ajuda a cuidar da saúde todos os dias!



No ponto certo



Muito alto



Muito baixo





# Sensor de Glicemia



Ele é como um detetive invisível que fica de olho no açúcar no sangue o tempo todo, sem precisar furar o dedo várias vezes.



Ele envia as informações para um aparelhinho ou celular.



63  
BAIXO



103  
CERTO



250  
ALTO

Assim, é possível saber se o açúcar está muito baixo, certo ou muito alto.

**Insulina**

**Alimentação**

**Brincadeiras**



Ajudando a tomar decisões rápidas e seguras!



# Bomba de Insulina



A bomba de insulina é como um robózinho amigo que ajuda a criança a controlar o açúcar no sangue o dia todo! Ela fica presa na roupa ou na pele e envia a quantidade certa de insulina, como se estivesse fazendo pequenas doses mágicas sempre que o corpo precisa.

Assim, a criança consegue brincar, estudar e se divertir com segurança, sem precisar tomar tantas injeções. É um ajudante inteligente que cuida da glicemia para que a vida seja mais leve e divertida!



# Insulina rápida e lenta

A insulina é como uma ajudante mágica que transforma o açúcar do sangue em energia. Existem dois tipos principais:

**Insulina rápida:** age rápido, como um foguete!

É usada especialmente na hora das **refeições**, para ajudar a controlar o açúcar que vem dos alimentos. Provavelmente, seu aluno vai usar mais essa.



## Insulina rápida

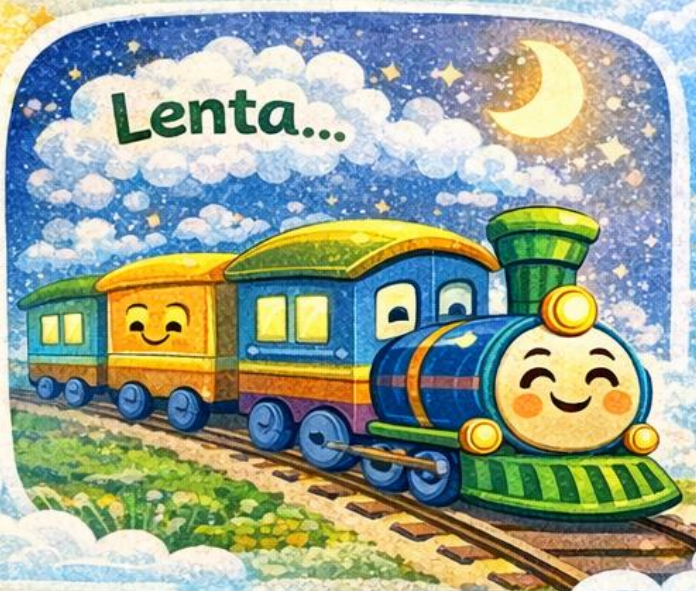
age rápido, como um foguete!

É usada especialmente na hora das **refeições**, para ajudar a controlar o açúcar que vem dos alimentos.



## Insulina lenta

age devagar, como um trenzinho, mantendo o açúcar sob controle ao longo do dia e da noite.



Com essas ajudantes, a criança consegue **brincar, estudar** e se **divertir com segurança**, enquanto o corpo recebe a energia que precisa no momento certo!





# Contagem de carboidratos



Contar carboidratos é como ser um detetive de energia! Os carboidratos estão nos alimentos e se transformam em açúcar no sangue.

Saber quanto cada refeição tem ajuda a criança a usar a insulina na medida certa, para que o açúcar fique equilibrado.



Com a **contagem de carboidratos**, é possível brincar, estudar e se divertir sem sustos, porque a corpo recebe a energia certa na hora certa!

# Depois da contagem de carboidratos

Depois de contar os carboidratos da refeição, é hora de acionar a ajudante mágica: a insulina!


$$35g + 40g + 12g = 107g$$

Se a criança usa injeções, a dose certa de insulina rápida é aplicada para transformar o açúcar da comida em energia.



Se a criança usa bomba de insulina, a contagem é colocada no robôzinho amigo, que vai liberar a quantidade certa na hora



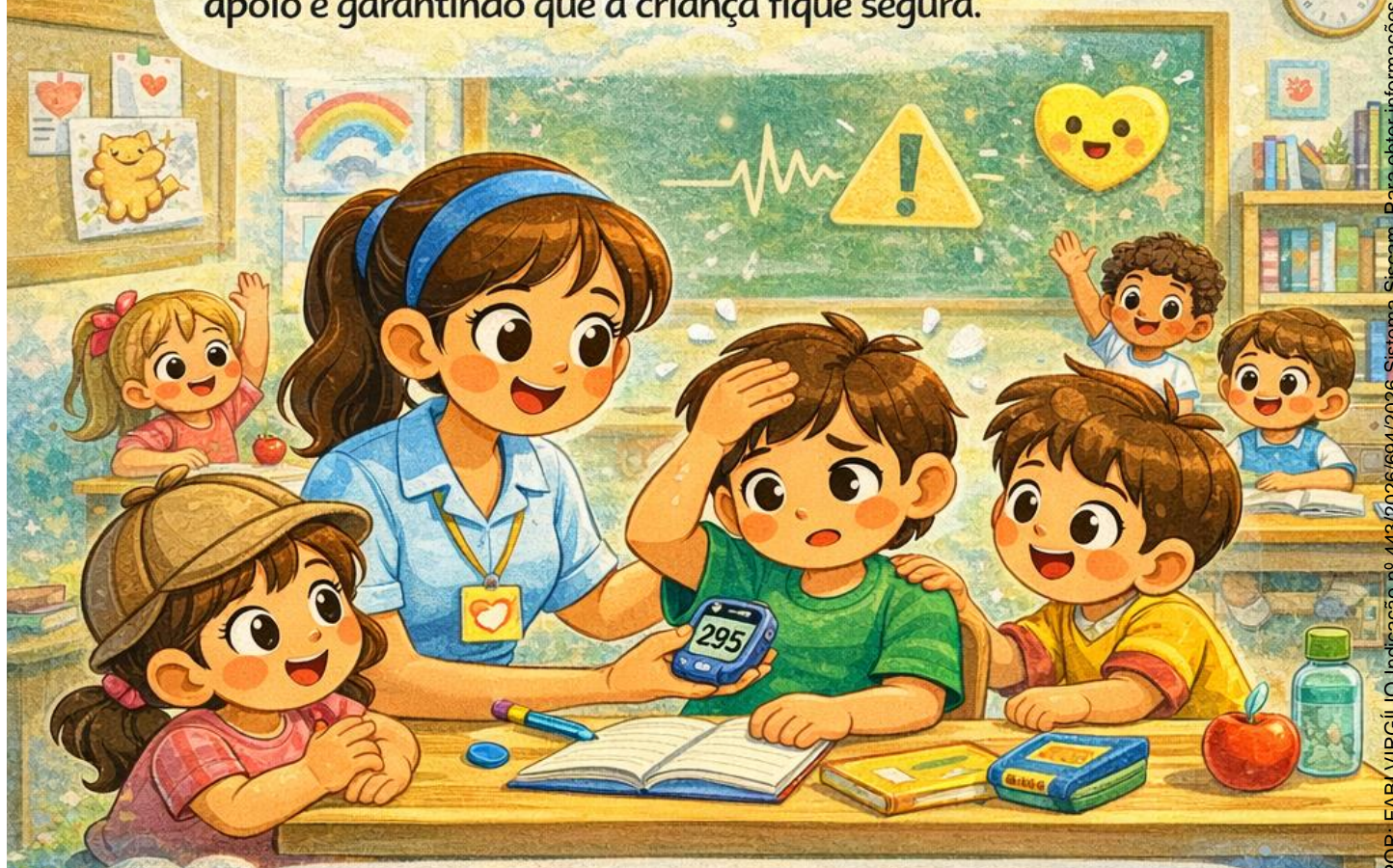
Assim, o açúcar no sangue fica equilibrado, e a criança pode brincar, estudar e se divertir com segurança!



# Algumas coisas fogem do **controle**

Mesmo sendo cuidadoso, o aluno com diabetes não consegue controlar tudo sozinho. O açúcar no sangue pode subir ou cair por vários motivos: comida diferente, brincadeiras mais intensas, emoções fortes ou até mudanças no corpo.

É por isso que professores, familiares e amigos são importantes ajudando a perceber sinais **de alerta**, oferecendo apoio e garantindo que a criança fique segura.



Com atenção e cuidado, o aluno pode **brincar, estudar** e se divertir sem se preocupar tanto!





# Bullying e diabetes:

## todos juntos **contra os mitos!**



Ter diabetes não é motivo para zoar ninguém!  
O aluno com diabetes não é diferente por brincar,  
estudar ou se alimentar de um jeito especial. Ele só precisa  
de alguns cuidados extras para se manter saudável.

O importante é respeitar, apoiar e incluir.  
Brincadeiras e amizade ajudam a criança a se sentir  
**confiante** e segura: Quanto mais conhecemos sobre  
diabetes, menos medo, mais empatia e mais diversão!



Lembrando: **diabetes não define ninguém**, e todos  
podem aprender, brincar e se divertir juntos!





## CÂMARA MUNICIPAL DE ARARAQUARA

### ASSINATURAS DIGITAIS

O documento acima foi proposto para assinatura digital na Câmara Municipal de Araraquara. Para verificar as assinaturas, clique no link: <https://consulta.camara-arq.sp.gov.br/documentos/autenticar?chave=98EWKTP2E420B2F3>, ou vá até o site <https://consulta.camara-arq.sp.gov.br/documentos/autenticar> e utilize o código abaixo para verificar se este documento é válido.

Código para verificação: **98EW-KTP2-E420-B2F3**