



Les fiches d'Andy

Fiche n°14 : Le diabète



Salut, moi c'est Andy !

Comme toi, je me pose beaucoup de questions sur le handicap ! Pour en apprendre un peu plus et avoir les bonnes informations, j'ai créé toute une série de fiches pour aider les animateurs et animatrices qui accueillent un-e jeune handicapé-e au sein de leur section. Elles ne visent pas à diagnostiquer l'enfant, mais bien à donner des pistes quant aux aménagements à prévoir.

Présentation du diabète

Le diabète est une maladie chronique qui ne guérit pas, mais qui peut être traitée. Il est dû à un manque d'insuline ou un défaut d'utilisation de celle-ci. Cette hormone est produite par le pancréas et permet au glucose (au sucre) de rentrer dans les cellules du corps pour être utilisé comme source d'énergie. En cas de diabète, le glucose ne va pas servir de carburant aux cellules, comme il est censé le faire. Il va alors s'accumuler dans le sang, ce qui va augmenter le taux de sucre dans celui-ci et mener à une hyperglycémie.

Il existe différents types de diabètes. Les plus fréquents sont le diabète de type 1 et celui de type 2.

Le **diabète de type 1** se manifeste habituellement chez les personnes jeunes (enfants, ados ou jeunes adultes). Différents symptômes permettent d'identifier un diabète : une soif intense, des urines abondantes, un amaigrissement rapide, une fatigue importante, une vision trouble, etc. Ce diabète est dû à une absence de sécrétion de l'insuline par le pancréas. Cette carence TOTALE en insuline est à vie. Le traitement, qui repose sur la prise d'insuline, l'est donc également. L'injection se réalise en sous-cutané, plusieurs fois par jour. Certaines personnes diabétiques utilisent une pompe à insuline.

Le **diabète de type 2** se manifeste généralement chez les personnes de plus de 40 ans. Il est toutefois de plus en plus fréquent chez des personnes plus jeunes en raison du mode de vie actuel. Les symptômes sont les mêmes que pour le diabète de type 1. Ce diabète est dû soit au pancréas qui fabrique trop peu d'insuline, soit à l'insuline qui agit mal. Différents traitements sont possibles : une alimentation équilibrée et de l'exercice physique, ou une prise de médicament et des injections d'insuline.





Une maladie chronique

Une maladie chronique est présente, en général, toute la vie et évolue avec des hauts et des bas. Elle nécessite le plus souvent un traitement à prendre tous les jours. L'important, c'est de pouvoir prévenir les cas d'urgence (par exemple, une crise d'hyper- ou d'hypoglycémie) ainsi que l'aggravation de la maladie. Pour t'aider dans cette démarche, réfère-toi à trois outils essentiels :

- la fiche santé qui répertorie les problèmes de santé des scout-es ;
- le carnet de soins qui reprend l'ensemble des soins donnés à un-e scout-e durant un weekend ou un camp ;
- la feuille de distribution des médicaments.

Les caractéristiques physiologiques

Les causes du diabète de type 1 sont inconnues, bien que des prédispositions génétiques aient été mises en évidence. Celles du diabète de type 2 sont associées au surpoids, à l'obésité, à un manque d'activité physique, ainsi qu'à des causes génétiques.

Le traitement chronique

Le traitement chronique doit être donné tous les jours, et pas seulement lors d'une crise. Dans le diabète, il comporte deux volets :

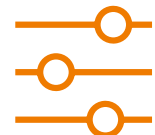
- 1) La prévention : mesurer le taux de glycémie dans le sang de manière régulière.
- 2) La régulation du taux de glycémie : faire une piqure d'insuline ou adapter le taux de sucre par l'alimentation dans le sang.

Il est primordial de discuter avec les proches (voir fiche 22) pour connaître les besoins de l'enfant et le traitement préventif et régulateur.

Les conséquences dans l'animation scout

Aucun trouble dans le développement n'est constaté. Une hyper- ou hypoglycémie peut toutefois entraîner des conséquences chez l'enfant :

- La **glycémie** doit être **surveillée régulièrement**. Parles-en avec les proches ou l'enfant pour assurer un contrôle assez régulier. Ils sauront également t'expliquer le traitement à suivre en cas d'hyper- ou hypoglycémie.
- En cas de **malaise**, il faut arrêter toute activité sportive et vérifier la glycémie.
- Une **hypoglycémie** peut être constatée pendant ou après une activité physique intense ou longue. Il faut permettre à l'enfant de manger avant, surveiller sa glycémie tout au long de l'activité et l'hydrater correctement.



- L'**alimentation** peut varier selon les besoins de l'enfant. L'enfant et ses proches pourront te guider au mieux à ce sujet.
- Lorsque la glycémie est basse ou élevée, une **grosse fatigue** est possible. Cette fatigue est due au fait que l'insuline ne joue plus son rôle. Veille à permettre un temps de repos à l'enfant si nécessaire.
- Des **troubles du sommeil** (insomnie, hypersomnie, etc.) peuvent affecter l'enfant, à cause des variations de son taux de glycémie.



Pour te soutenir

- N'hésite pas à en parler avec ton équipe d'unité ou ton équipe fédérale.
- Contacte le service Diversité & inclusion (lesscouts@lesscouts.be).



Outils et ressources (à retrouver sur notre site)

- **Les fiches d'Andy** : fiches parlant de différents handicaps pour aider les animateurs et animatrices qui accueillent un-e jeune handicapé-e au sein de leur section.
 - **Fiche 1** : Le handicap
 - **Fiche 22** : La relation avec les proches
- **Le guide de l'inclusion** : guide conçu pour accompagner les animateurs et animatrices dans l'inclusion d'une personne handicapée au sein de l'unité.
- **Les mindmaps d'Andy** : outil pour aider les animateurs et animatrices à baliser toutes les thématiques qui pourraient être abordées avec les proches d'un-e scout-e en situation de handicap ou avec des difficultés spécifiques.
- **La malle d'Andy** : une malle et des animations clés sur porte qui permettent aux animateurs et animatrices d'organiser une animation de sensibilisation au handicap avec la section (à commander auprès de lesscouts@lesscouts.be).
- **Associations** :
 - Association du diabète (Belgique) : <https://www.diabete.be/>

