



CAMPO SCUOLA PER BAMBINI CON DIABETE GROSSETO



Cognome _____ Nome _____ Data ____/____/____

Fai un segno ✓ sulla risposta che ritieni giusta

1 - Nel soggetto senza diabete il pancreas produce insulina in quantità maggiore quando

- [A] mangia
- [B] lavora
- [C] digiuna
- [D] fa sport

2 - Di solito il glucosio compare nelle urine quando la glicemia

- [A] è ancora normale
- [B] appena supera i 140 mg/dl
- [C] appena supera i 180 mg/dl
- [D] non so

3 - L'acetone è

- [A] una sostanza prodotta dall'organismo quando non può usare gli zuccheri
- [B] una sostanza che si trova sempre nelle urine dei diabetici
- [C] una sostanza che si trova nelle urine di chi mangia molta verdura
- [D] non so

4 - Qual è il valore normale della glicemia a digiuno?

- [A] 150 mg/dl
- [B] tra 60 e 120 mg/dl
- [C] 200 mg/dl
- [D] 180 mg/dl

5 - A parità di peso forniscono più energia

- [A] i grassi
- [B] le proteine
- [C] le vitamine
- [D] gli zuccheri



6 - Immagina che la tua dieta preveda a pranzo del pane e che la casa in cui ti trovi ne sia sprovvista. Con quale dei seguenti alimenti può essere sostituito?

- [A] prosciutto
- [B] riso
- [C] mozzarella
- [D] frutta

7 - Uno dei seguenti gruppi di alimenti contiene zucchero a rapido assorbimento, quale?

- [A] riso, pasta
- [B] biscotti
- [C] panino e focaccia
- [D] latte, succhi di frutta

8 - Uno dei seguenti gruppi di alimenti contiene zucchero a lento assorbimento, quale?

- [A] latte
- [B] succo di frutta, aranciata
- [C] pane, riso, pasta
- [D] zucchero, caramelle

9 - Lo spuntino più indicato prima di affrontare una partita di calcio, una lunga passeggiata o un'ora di attività in palestra è:

- [A] una stecca di cioccolata
- [B] un gelato
- [C] un panino con poca marmellata
- [D] una porzione di formaggio

10 - Che cosa è indicato per correggere rapidamente una crisi ipoglicemica?

- [A] 25 gr. di pane
- [B] 30 gr. di biscotti
- [C] 1 zolletta di zucchero
- [D] 1 mela + 3 crackers

11 - I segni più frequenti dell'ipoglicemia sono:

- [A] vampate di calore, prurito, diarrea
- [B] fame, tremore, debolezza
- [C] bisogno di urinare, sete, vomito
- [D] non so

12 - Se prima di pranzo si manifesta un'ipoglicemia il pasto deve essere:

- [A] anticipato prima dell'iniezione di insulina
- [B] iniziato dopo 30 minuti dall'iniezione di insulina
- [C] iniziato dopo 60 minuti dall'iniezione di insulina
- [D] abbondante senza iniezione di insulina

13 - Quando c'è troppo zucchero nel sangue

- [A] si urina di più e si ha sete
- [B] si suda molto e si può svenire
- [C] si sente freddo
- [D] non so

14 - Quale di queste situazioni costituisce un'emergenza e richiede provvedimenti immediati?

- [A] molto zucchero nelle urine [+++], acetone assente
- [B] zucchero nelle urine assente, molto acetone nelle urine [+++]
- [C] zucchero [+++] ed acetone [+++] nelle urine presenti entrambi in forte quantità
- [D] non so

15 - Se il diabete è scompensato (molto zucchero ed acetone nelle urine, glicemia alta) nell'attesa del medico occorre:

- [A] mettersi a riposo ed aspettare
- [B] camminare molto e mangiare meno
- [C] mettersi a riposo, bere, iniettarsi dosi supplementari di insulina pronta
- [D] non so

16 - L'insulina contenuta nelle cartucce per la penna [penfil] può essere utilizzata:

- [A] solo con la penna
- [B] indifferentemente, sia con la penna che con la siringa

17 - Quanto devi aspettare per mangiare dopo la somministrazione di insulina rapida (Es. Humulin R o Actrapid) se la glicemia è superiore a 200 mg/dl?

- [A] 10 minuti
- [B] 30 minuti
- [C] 45 minuti

18 - Quando si avrà l'effetto dell'insulina intermedia (Es. Humulin I o Protaphane) iniettata alle ore 20.00?

- [A] tra le ore 21 e le 24
- [B] principalmente durante la notte
- [C] durante il mattino successivo
- [D] tra le 20 e le 21

19 - Quando si avrà l'effetto dell'insulina rapida iniettata (Es Humulini R o Actrapid) alle ore 7.30?

- [A] nel pomeriggio
- [B] durante la mattinata fino al pranzo delle ore 12
- [C] dopo cena
- [D] soltanto tra le 8.00 e le 10.00

20 - E' bene iniziare l'attività fisica in un momento in cui la glicemia è:

[A] inferiore ad 80 mg/dl

[B] tra 100 e 180 mg/dl

[C] superiore a 250 mg/dl

[D] è indifferente

21 - Se tutte le mattine trovo zucchero nelle urine (glicosuria) e acetone (acetonuria)

[A] diminuisco l'insulina intermedia della sera

[B] aumento l'insulina intermedia della sera

[C] diminuisco l'insulina rapida prima di cena

[D] mangio meno a cena

22 - In caso di febbre alta, in assenza di vomito, bisogna:

[A] sospendere l'insulina

[B] diminuire la dose d'insulina

[C] continuare l'insulina alle dosi abituali e, se necessario, aumentarla

[D] non so

23 - In caso di vomito:

[A] non mangi e non inietti insulina

[B] non mangi e inietti insulina

[C] bevi a piccoli sorsi liquidi zuccherati e inietti insulina rapida

[D] mangi e inietti insulina intermedia

24 - L'emoglobina glicosilata [HbA1c] è un esame del sangue che serve ad indicare l'andamento delle glicemie:

[A] nelle due settimane precedenti

[B] nei due/tre mesi precedenti

[C] nei sei mesi precedenti

[D] non so

25 - Come devo mantenere il mio valore di HbA1c

[A] inferiore o uguale a 7,5

[B] inferiore o uguale a 8,5

[C] inferiore o uguale a 5,5

Risposte corrette N° _____ Risposte errate o nulle N° _____