

El cuento de Aina

Para saber mas sobre la Diabetes Mellitus 1



Mònica Peixó i Triay



Aina tiene 8 años y vive en un pueblo, cerca de una gran ciudad. Está en 3.º de primaria y es una buena estudiante, sabe leer bastante bien y le encantan los cómics. Después del colegio va a nadar y también baila. Se queda en el comedor porque sus padres trabajan y le gusta

mucho ir a jugar a casa de su amiga Rita. Aina os quiere contar algo que le pasó hace ya unos meses. Fue una sorpresa, vino de golpe, aunque ahora muchos días ni se acuerda de ello.

Hola a todos, creo que ya sabéis que me llamo Aina pero no sé si
vos han dicho que soy rubia, delgada y, según mi madre, un poco
presumida. Me gusta bailar y muchas otras cosas, pero quieren que

os cuente lo que me pasa con el
azúcar y la insulina. Después del

2

verano supimos que tenía

una enfermedad que se

llama diabetes, la que

yo tengo es el tipo

1. Mi abuela también

la tiene pero ella

tiene el tipo 2. A mí me

falta insulina y en su caso

sí que tiene insulina pero

no le funciona muy bien. A

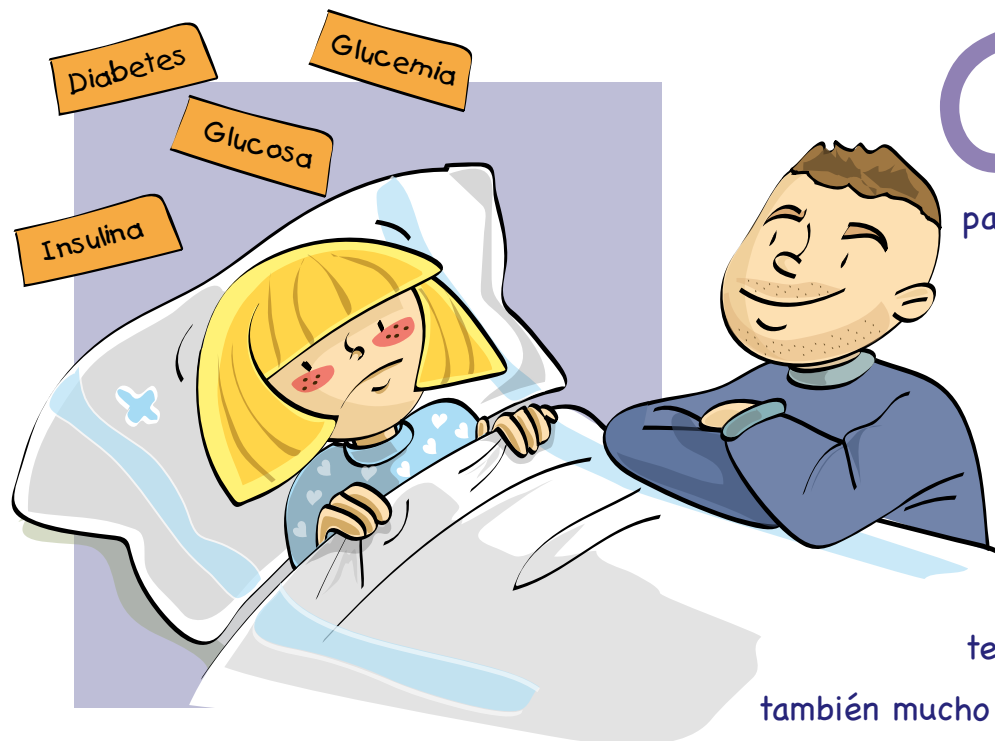
veces hacemos pasteles sin

azúcar para las dos, salen

buenísimos y al final todos

quieren comérselos.





Creo que me estoy liando, os contaré paso a paso lo qué ocurrió, a ver si no me olvido de nada.

En los últimos días de vacaciones

tenía mucha sed y también mucho pipí. Hacía calor

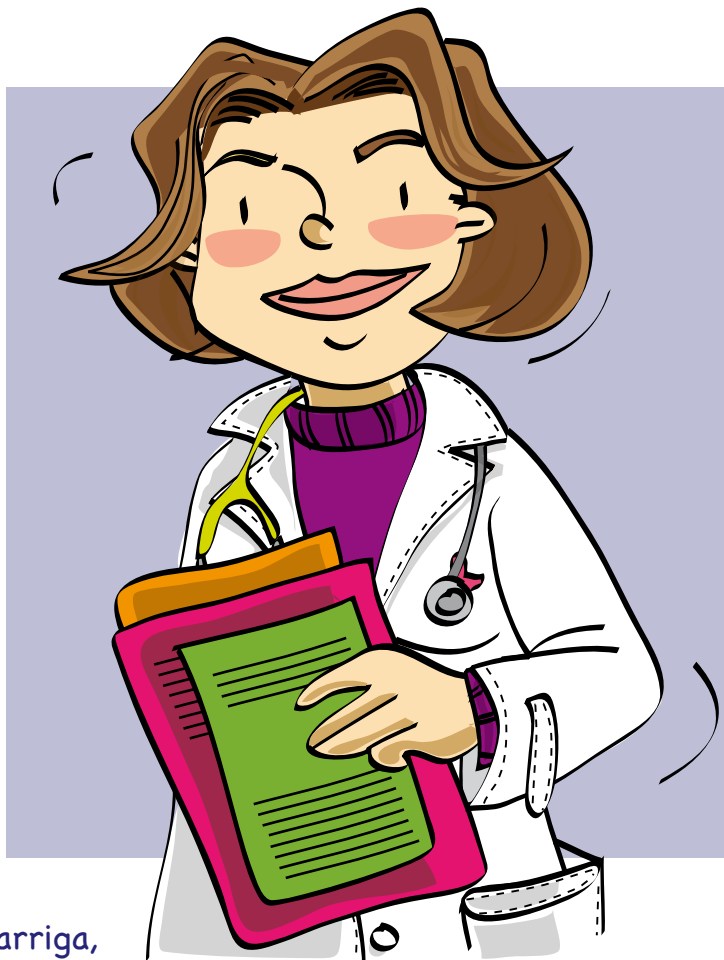
y al principio no le dimos importancia pero un día se me escapó el pipí en la cama, como cuando era pequeña. También parecía que me estaba adelgazando, y al final mis padres me llevaron al Pediatra. Éste hizo cara de preocupado y nos mandó al hospital. Allí fue donde oímos por primera vez todas estas palabras que eran nuevas para mí y creo que bastante nuevas para mis padres: diabetes, insulina, glucosa, glicemia, hidratos, cetona...

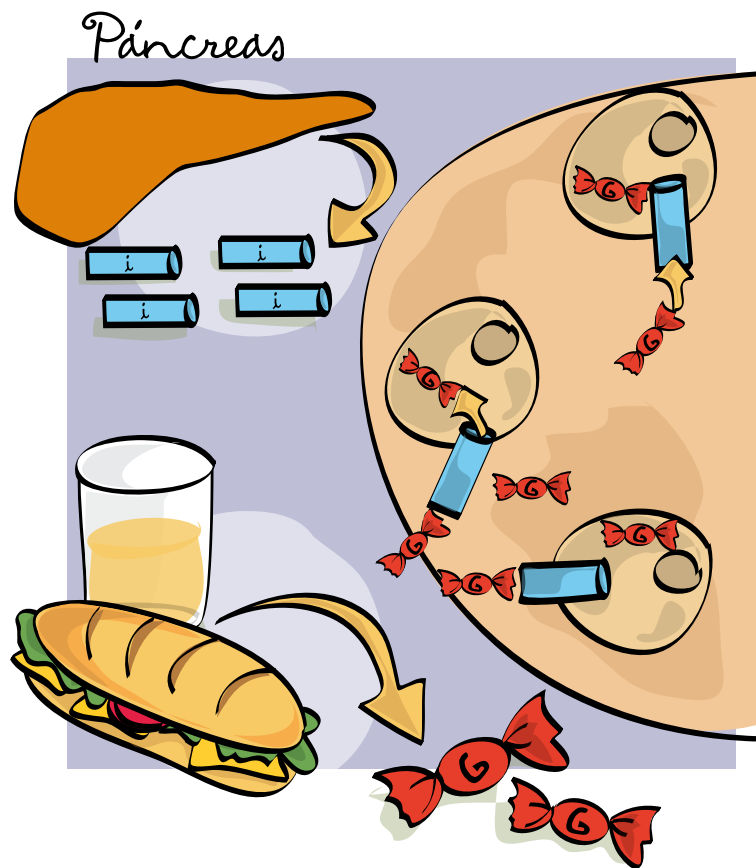
Nos dijeron que me tenía que quedar unos días en el hospital. Mis padres estaban preocupados y mi madre incluso lloró. A mí no me dolía nada pero estaba empezando a asustarme.

Aquella noche nos costó dormir pero a la mañana

siguiente todo parecía un poco mejor. Mis padres estaban más tranquilos y empezábamos a saber más cosas de lo que me estaba pasando. Nos lo explicó la Endocrinóloga, médicos especialistas que tratan los problemas de las hormonas. La **insulina** es una hormona que produce el **páncreas**,

un órgano que tenemos en la barriga, encima de los intestinos. La insulina sirve para que el azúcar, los médicos lo llaman **glucosa**, entre dentro de las células. Mi páncreas parece que ha dejado de producir esta hormona tan importante y la glucosa no puede entrar dentro de mis células. Por esto tengo la glucosa en la sangre tan alta. Además el riñón intenta eliminarla y por esto tengo tanto pipí. ¡Qué desastre!



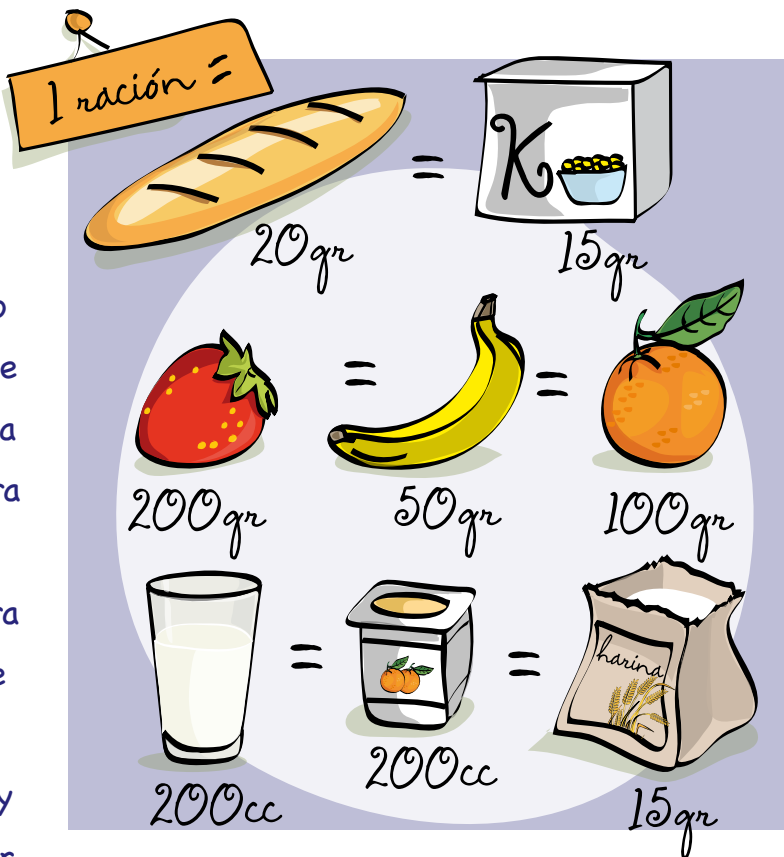


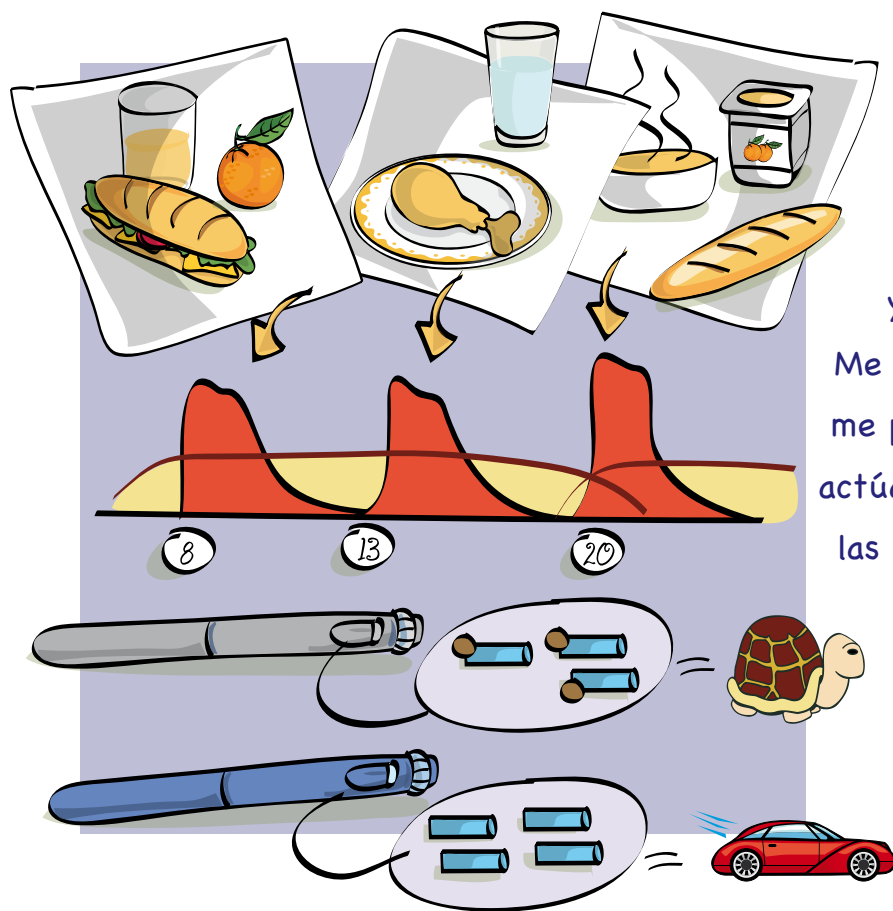
Por suerte existe la medicación para tratar el problema de mi páncreas: la insulina. Me cuenta la doctora que antes se sacaba de los cerdos en lugar de fabricarla en un laboratorio. Después he sabido que no hace tanto que se descubrió (1921) y que hay países pobres donde no tienen y si a un niño le pasa lo que a mí se muere. Aunque están investigando el

darla por la boca, la nariz o respirando, de momento hay que pincharla. Me enseñaron una especie de bolígrafos de colores con una aguja muy pequeña. ¡Estaba muerta de miedo! Dijeron que me tenía que pinchar sola pero no me atreví y lo hizo mi padre con cara de susto. La verdad es que no me dolió tanto. Me explicaron que me tengo que pinchar antes de las comidas para que el azúcar en que se transforman los alimentos entre bien a las células.

Durante los días que pasé en el hospital aprendí un montón de cosas. A parte del médico Endocrinólogo también me explicaba muchas cosas la Educadora, una enfermera que sabe mucho de diabetes y que se asegura que aprendas todo lo que tendrás que hacer en casa. Nos explicó que hay alimentos que hacen subir

más el azúcar de la sangre y otros que menos. Por esto y para facilitar las cosas se ha inventado **LA RACIÓN**. Todos los alimentos los podemos convertir en raciones. Así sabemos cuanta insulina necesitamos para hacer entrar en la célula toda la glucosa.





La doctora iba modificando la insulina según reaccionaba mi cuerpo y mis niveles de glucosa. Me explicó que de momento me pondría una insulina que actúa muy lentamente. Y con las comidas principales otra insulina más rápida que actúa enseguida. Antes de pincharme la insulina, o si me encuentro mal, tendré que mirar como tengo

la GLUCEMIA, o sea la glucosa de la sangre. Esto se hace con una especie de móvil pequeño al que hay que ponerle una gotita de sangre. Esto lo hice sola desde el principio.

Creo que estuvimos 5 o 6 días en aquella habitación donde aprendimos muchas cosas y vino mucha gente a verme. También me regalaron un montón de cosas, hasta un cómic que quería

pedirme para mi cumpleaños. Al final me dieron el ALTA, que quiere decir que te marchas para casa. Tenía muchas ganas de volver a dormir en mi cama e ir al cole a ver a mis amigos. Aunque Rita vino con su padre a verme al hospital y me trajo los deberes. Esta es mi amiga Rita.





A un tardé un par de días en ir a clase y 15 en quedarme al comedor. Mis padres tenían miedo que me bajara o me subiera demasiado el azúcar. La glucemia debe mantenerse dentro unos niveles adecuados, tan malo es que esté alta como que esté demasiado baja. En la escuela me recibieron con mucha alegría, todos querían ver mi nueva máquina para medir la glucosa, el boli de insulina y me

hacían muchas preguntas a la vez. La maestra explicó en clase qué era la diabetes y me dijo que la avisara si me sentía mal o si quería ir al baño.

Han pasado los días y todo va igual que siempre, clases de danza y a la piscina, parece que el deporte ayuda a controlar la diabetes. Ahora, en la bolsa de piscina, llevo un zumo para tomármelo si me baja el azúcar. La verdad es que bailo igual de bien.

Más o menos cada 3 meses tengo que ir a ver a la doctora. Junto con la educadora miran la libreta donde anotamos los valores de mis controles. También me pesan y me miden para ver cómo voy creciendo. Me piden una gotita de sangre y la ponen en una máquina que mira la Hemoglobina Glucosilada. Este número es la media de cómo ha estado la glucemia en los 3 últimos meses. A mí me salió 6,7% y la doctora me felicitó ¡es como un sobresaliente!



Ahora os dejo porque aun tengo que terminar mi trabajo de medio natural, ayudar a Rita con el suyo y después, ir a clases de natación. La verdad es que creo que me está saliendo fenomenal. El tema es «Los alimentos y su clasificación» ya sabes, todo eso de los hidratos de

carbono rápidos, los lentos, las vitaminas, las proteínas, las grasas... Mis compañeros están hechos un lío pero yo lo domino un montón. Creo que voy a sacar otro sobresaliente! Os dejo con mi madre, que os quiere contar algo...



A diós y mucho ánimo! Lo que ha contado Aina es verdad, sólo hace tres meses del debut y ya forma parte de nuestra rutina. Hemos aprendido muchas cosas y nos ha sorprendido lo bien que lo llevamos todos. Hemos conocido a otros niños del pueblo que también tienen diabetes y no lo sabíamos, porque son niños como los otros, sólo que necesitan pincharse insulina y algunos cuidados más. Cada uno lleva un tratamiento un poco distinto, incluso uno lleva una bomba que le va inyectando insulina continuamente. Hemos leído que se está investigando en muchas cosas nuevas para hacer más fácil y cómodo el tratamiento de la diabetes. Lo que está claro es que mi hija sigue siendo la misma: presumida, deportista, inteligente, resabiada, contestona, alegre, delgada, rubia, amiga inseparable de Rita, y, quizás, un poco más responsable que antes. Ah! por cierto, me olvidaba... también padece diabetes , aunque esto es lo de menos...



Mònica Peitx i Triay

(Barcelona, 1970)

Es médico y trabaja como pediatra desde el año 2000 en el Centro Médico Teknon y en la Clínica Sagrada Familia de Barcelona. También



colabora con Avantmèdic de Lleida y con la Asociación de Diabéticos de Menorca. Su interés en la educación le ha llevado a hacer charlas sobre nutrición, obesidad y diabetes en distintos colegios. Está casada con un médico y tiene dos hijos. Le gusta su trabajo y también el sol, el mar, leer, ir en bicicleta, remar, caminar y dibujar. La primavera del 2008 tuvo la idea de escribir un cuento sobre un niño obeso y gracias al apoyo de un laboratorio farmacéutico pudo editar, en la primavera del 2009, *El cuento de Max*. *El cuento de Aina* ya estaba en los pensamientos de la autora pero se ha hecho realidad gracias al encargo de Sanofi-Aventis en otoño de 2009. Nos acerca a la experiencia de una niña de 8 años diagnosticada de Diabetes Mellitus tipo 1. La idea es que pueda ayudar a otros niños y a sus familias en el momento más duro y desconocido, el del debut de la enfermedad.



© 2010 Mònica Peitx i Triay
Ilustraciones: Eva Janàriz González
ISBN: 978-84-7877-616-0
Edita: EdikaMed S.L • www.edikamed.com