



# Libros Virtuales IntraMed



## DIABETES para niños, adolescentes y sus familiares

### UN ENCUENTRO CON MARTIN

Hace un tiempo me llamaron de una clínica para ver a un niño que estaba internado con diabetes de reciente diagnóstico.

Cuando llegué a la clínica eran las 23.00 horas y vi a Martín, un chico de 5 años, dormido, con un suero en su brazo, pero todavía con lágrimas en las mejillas. Junto a él estaban sus padres, dormidos en un sofá, y el hermano bebé recién nacido que los acompañaba.

Lo primero que hice fue presentarme y hablar con Martín:

- Hola- le dije.

-¿Cómo te llamás?- preguntó Martín.

-Me llamo Valeria-, le contesté.

-¿Qué hacés acá?

-Vine a verte porque me dijeron que estabas internado. ¿Sabés por qué?- le pregunté.

-No, y me quiero ir- respondió Martín.

-Bueno, voy a preguntarle a tus padres como empezó todo y si todo está bien, te vas.

La mamá empezó a contarme la historia: Martín había empezado un mes atrás, a hacerse pis en la cama, tenía mucha sed, estaba de malhumor, cansado y en el colegio no prestaba demasiada atención. Consultaron 2 veces al médico, pero les dijo que posiblemente se debiera a la futura llegada del hermanito.

Martín, que estaba escuchando muy atentamente, me preguntó:  
-¿qué me pasa?

-Tenés una enfermedad que se llama diabetes-, le contesté.

-¿Qué es la diabetes?

-La diabetes es una enfermedad que se produce por la falta de insulina. Tu páncreas, un órgano que está en tu panza, tiene unas

células que se llaman "células beta" que producen insulina. Estas células ya no producen más insulina.

-¿Para qué sirve la insulina?

-La insulina sirve para que tu cuerpo pueda utilizar los alimentos que comés como energía y permitir que vos crezcas de acuerdo a tu edad.

-¿Por qué me pasó a mí?

-La causa no se sabe todavía, aunque se cree que algunas personas tienen más predisposición que otras, a tener esta enfermedad, y, ante una enfermedad o situación de stress, se lastiman las células beta y se deja de producir la insulina.

La mamá en ese momento me interrumpió y me dijo: -¡ pero es el único en toda la familia !

-Bueno, esta es la diabetes tipo 1 o infanto-juvenil. Si bien hay una predisposición genética, no es fuertemente hereditaria, así es que hay muchos niños que tienen esta enfermedad y no tienen otro familiar con diabetes. En cambio, en la diabetes tipo 2, antes llamada no insulino dependiente, que se ve con más frecuencia en los adultos generalmente obesos, la herencia sí es un factor muy importante. En este caso la enfermedad se llama igual pero el origen es diferente y el tratamiento también.

-¿Me va a durar para siempre?- preguntó Martín.

-Sí, Martín, es una enfermedad que dura toda la vida, pero te va a permitir hacer una vida prácticamente normal, siempre que te apliques insulina-.

-¿Cómo se da la insulina?

-Como ya te dije, la diabetes se produce por falta de insulina, por lo tanto, hay que reponerla. Por ahora sólo existe una manera de aplicarla y es inyectándola.

-¿Todos los días?

-Sí, por lo menos 2 veces al día.

-¿Duele mucho?

-Ahora hay agujitas muy chiquitas y finitas que hacen doler muy poco, como si te picara un mosquito.

-¿Cuánto me tengo que dar?

-Esto es un aprendizaje que vamos a hacer junto a vos y tu familia, porque la dosis que te vas a poner va a depender de la cantidad de azúcar en sangre o glucemia que tengas.

-¿Y cómo sé cuánta glucosa tengo en sangre?

- Es muy fácil. Te pinchás un dedo de la mano con una lapicera o digitopunzor que tiene una aguja muy pequeña. Cuando apretás el botón de la lapicera, salta la agujita y con una gotita de sangre que colocaremos en una tira reactiva podemos medir la glucemia; según la glucemia que tengas vamos a adecuar la dosis de insulina.

- ¿Quién me va a pinchar?

- Vos mismo. Al principio te ayudarán tu mamá y tu papá, pero despues lo harás solo y ellos sólo te supervisarán.

-¿Entonces me voy a poder quedar a dormir en lo de un amigo?

- Por supuesto. Por eso es muy importante que aprendas a hacerlo solito, así podrás ser independiente.

-¿Voy a poder jugar al fútbol?

-¡Por supuesto! Además de darte la insulina, el ejercicio es parte del tratamiento y cuantas más veces por semana hagas actividad física, mejor controlarás tu diabetes.

-¿Y cómo haré en el colegio ?

- Nosotros te daremos una carta para tus maestros, para que ellos aprendan algunas cosas sobre la diabetes y te ayuden en los momentos que necesites. También estaremos a su disposición para cualquier charla que ellos necesiten.

- Mi mamá me dijo que ahora voy a tener que hacer dieta para siempre. ¿es cierto?

-No. Tendrás un plan alimentario que va a ser el mismo para toda la familia. No es un régimen estricto, simplemente deberás comer sano y de manera adecuada para tu edad, para permitir un buen crecimiento y desarrollo.

-¿Cuántas veces más me van a internar por la diabetes?

-Nunca, si te aplicás siempre la insulina y te controlás bien, nunca más te internarán por la diabetes.

Aquí me interrumpió la mamá: -¿Es eso cierto?

-Si señora. La diabetes es una enfermedad crónica cuyo tratamiento tiene cuatro pilares fundamentales: la insulina, el plan alimentario, la actividad física y la educación diabetológica. El tratamiento es ambulatorio y permite hacer una vida practicamente normal. Bueno, Martín, me tengo que ir. Te mostraré

cómo se carga la jeringa y se aplica la insulina y te voy a sacar el suero. En cuanto vos y tus padres aprendan un poquito más cómo manejar esto, te daré el alta.

Me quedé un tiempo más con ellos enseñándoles el principio del manejo de la diabetes y se fueron tranquilizando todos.

Ahora Martín tiene 2 años más, es el segundo alumno de su clase, juega al fútbol y al rugby. Tiene muchos amigos y cuando lo invitan, se queda a dormir en la casa de ellos. Es un niño encantador.

¿Quién puede decir que Martín no hace una vida normal?

*Este libro está dedicado a todos los "Martín" del mundo que tienen diabetes.*

*Las autoras.*