

## Goleada a la diabetes tipo 1

### Ochenta niños disputaron en Madrid la II Diabetes Junior Cup

RUTH RODERO



**VALLADOLID.** Dormir en las mismas camas en las que lo hacen Casillas o Iniesta. Jugar en el campo en el que los Campeones del Mundo entrenan, o cenar en el Santiago Bernabéu es el sueño de todo pequeño jugador de fútbol. Un sueño que no está al alcance de todos, pero que se ha hecho realidad para 80 niños y niñas que han disputado este pasado fin de semana la II Diabetes Junior Cup.

Organizada por Lilly Diabetes, Medtronic y la Federación de Diabéticos Españoles (FEDE), reunió en Madrid a 80 niños y niñas diabéticos de entre 8 y 12 años. No fue fácil llegar hasta allí, fueron los elegidos de entre 300 solicitantes. De

ellos, siete son castellano y leoneses: Javier Izquierdo, Ana Mata, Nerea Puebla, María Andrino, Pablo Álvarez, Rubén Segovia y Gonzalo Cilleruelo.

La competición se celebró en la Ciudad del Fútbol de Las Rozas, lugar habitual de concentración de la selección. Los equipos se formaron con un único criterio, juntar en sus filas a niños de todas las edades, de manera que los más pequeños compartiesen equipo con los más mayores.

La peculiaridad de estos niños no les impidió disfrutar del fin de semana deportivo, asesorados en todo momento por Patricia Enes, de la Unidad Endocrinología y Diabetes Pediátrica del Hospital Ramón y Cajal, pudieron jugar al fútbol y recibir talleres de alimentación que les ayudarán en su vida diaria.

Como la propia Patricia comenta, «el único cuidado especial que deben tener estos niños es ajustar el nivel de insulina que tienen que inyectarse antes de hacer deporte, ya que hay que disminuir la cantidad. Para esto lo mejor es la bomba de insulina, pero en España hay pocos niños que la utilicen». De esta manera se busca evitar una hipoglucemia.

Nada diferencia a estos deportistas de otros, salvo el hecho de tener que inyectarse insulina. Sin embargo, esto tampoco será un impedimento a la hora de llegar a ser profesionales, Javier Mejías, ciclista profesional, es uno de los ejemplos. Actualmente milita en el Team Novo Nordisk, un equipo formado íntegramente por ciclistas diabéticos.

Tras todo un fin de semana de competición y aprendizaje, fueron los niños de 'las Panteras' quienes se proclamaron campeones tras imponerse a 'las Águilas' en un torneo que demostró lo fácil que es meter un gol a la diabetes.



Los participantes en la Junior Cup, durante uno de los partidos. :: EL NORTE

#### CINCO CLAVES

- 1 Los niños con diabetes 1 deben realizar ejercicio como parte de su tratamiento.
- 2 Es necesario ajustar el nivel de insulina a inyectar ya que al realizar deporte se necesita menos.
- 3 El ejercicio físico no sustituye en ningún caso a la insulina, que debe ser inyectada igualmente.
- 4 La hidratación es fundamental durante el ejercicio, también hacerse controles rutinarios.
- 5 Llevar siempre encima una cierta cantidad de glucosa o hidratos de carbono.

### «El deporte en niños con diabetes tipo 1 es clave»

En ocasiones son los propios padres los que tienen miedo de que su hijo haga deporte por la diabetes. Sin embargo, Patricia explica que el deporte es fundamental en la vida de estos niños. «El tratamiento de la diabetes tipo 1 tiene tres pilares, la insulina, una alimentación sana y equili-

brada controlando los hidratos de carbono y el ejercicio físico. Muchos padres tienen miedo de que sus hijos hagan deporte, por eso cuando ven a otros niños haciendo deporte y ven que sus hijos también pueden hacerlo, que pueden llevar una vida totalmente normal, se tranquilizan». A la competición llegaron niños que practican habitualmente deporte y otros que nunca habían formado parte de un equipo. La información fue facilitada por las unidades de diabetes. «En la

nuestra tenemos niños que hacen deporte a alto nivel, no hay ningún problema en que lo hagan. Hay deportistas de élite diabéticos, en este caso suelen usar la bomba de insulina porque permite modificar la dosis necesaria en función del ejercicio que se va a realizar». Cada vez son más los niños que, a pesar de su peculiaridad, disfrutan haciendo deporte con sus compañeros. «Lo mejor es que los padres pregunten, se informen, los niños hacen una vida normal».