

ASTURIAS**De campamento con la diabetes**

10.08.13 - 00:30 - LIDIA ÁLVAREZ | BELMONTE DE MIRANDA.

- Durante dos semanas, 33 jóvenes diabéticos aprenden a inyectarse insulina, controlar su glucosa y manejarse ante la enfermedad
- La del tipo 1, la insulino-dependiente, afecta en Asturias a 115 menores de 14 años

Aprender a inyectarse insulina, hacerse controles de glucosa o contar las raciones de hidratos de carbono que se ingieren a diario. Pero, sobre todo, aprender a ser más autónomos. Este es el objetivo del Campamento para Niños con Diabetes coordinado por la Asociación de Diabéticos del Principado de Asturias (ASDIPAS) y el Hospital Universitario Central de Asturias (HUCA). Este año se desarrolla en Belmonte de Miranda, desde el 1 hasta el 12 de agosto, y cuenta con la participación de 33 niños y jóvenes de entre 9 y 16 años. Una veintena de ellos son asturianos, pero también han llegado desde lugares como Alicante, La Rioja, Galicia e incluso Tenerife.

Convivir con una enfermedad como la diabetes tipo 1, la insulino-dependiente, no es complicado si se establecen unas pautas y eso es lo que se les trata de enseñar. «Los más pequeños todavía dependen de sus padres, pero necesitan adquirir un grado de autonomía que les permita manejarse a ellos solos y ser capaces de tomar decisiones sobre su alimentación o sus tratamientos», explica Francisco Pérez Lavajos, presidente de ASDIPAS.

Edelmiro Menéndez Torre, jefe del servicio de Endocrinología y Nutrición del HUCA, incide en que «es necesario que ellos mismos sepan qué pueden comer y cuánto, y por qué es así, que se pongan la insulina e incluso se la modifiquen en función de lo que comen o del ejercicio que hacen».

Es el caso de Hugo. Viene de Corias, en Cangas del Narcea, y tiene 11 años. Es su segundo campamento y está dispuesto a repetir: «Me enseñan a pincharme, cómo comer y cuánto. En casa comía mucho más y alguna cosa que no puedo tomar. Estoy aprendiendo. No me gustaba la lechuga y ahora me encanta».

Analítica nada más levantarse

Todas las mañanas se imparten sesiones educativas. Además, las pruebas para determinar la glucosa en sangre son constantes. Es lo primero que hacen nada más levantarse. Las analíticas se repiten dos horas antes de comer y dos horas después, y el mismo proceso con la cena.

Pero, como en cualquier otro campamento, hay un segundo objetivo que es el de convivir, y en este caso, con gente que padece su misma enfermedad. «Muchos no conocen a ningún diabético en su entorno y aquí hacen amigos y se sienten

arropados», señala Francisco Pérez. Además, es una buena oportunidad «para salir de la tutela de los padres que suelen ser muy protectores».

Aida tiene 12 años y es de Oviedo. Padece diabetes desde los 6 y asegura que hace una vida «igual que los demás». Esta es una oportunidad para conocer a más niños como ella, que no encuentra en su entorno habitual. Ayer recibieron la visita del director general de Salud Pública, Julio Bruno, que quiso poner de relieve el «excelente trabajo que se realiza». Además, explicó que la diabetes es una enfermedad con gran prevalencia entre la población y que los últimos indicios apuntan a que «se está mostrando de forma epidémica y hay que tratar de controlarlo». Sólo en Asturias, los casos de diabetes tipo 1 (habitual en menores de 30 años) alcanzan los 598, de los que unos 115, son menores de 14 años.