



► 13 Noviembre, 2014

«Les diría a otros niños que no se asusten y que es importante comer sano»

Damai Mediavilla Diabético con diez años

:: MARÍA ORIVE

BURGOS. «Estuve ingresado 20 días, aunque yo no me enteraba de mucho, porque tenía solo dos años», recuerda Damai Mediavilla, enfermo de diabetes de tipo I desde hace ocho años. «Estaba en la cama por la noche y me dolía por la zona del páncreas, mis padres me llevaron al hospital y yo lloraba mucho», cuenta años después. Después, «un educador o educadora, no sé, explicó a mis padres lo que tenían que hacer, porque estaban asustados, no sabían lo que era, ni qué me pasaba», anota. Hoy Damai tiene diez años y explica cómo vivió aquellos momentos, mientras su padre, Carlos Mediavilla, hoy presidente de la Asociación de Diabéticos de Burgos, se emociona. «Han pasado ocho años y ya ves cómo me he quedado», dice este padre que añade que «hasta hace tres años, creo, no me he relajado en condiciones». El diagnóstico de la enfermedad constituye una fuente de ansiedad tanto para los niños y niñas como para sus padres, familias y profesores. Los niños necesitan un cambio en el estilo de vida que exige esta enfermedad con cuidados especiales. Esto supone un shock para los progenitores.

Sin embargo, oír a Damai es escuchar a un niño que tiene completamente interiorizada su patología

y que la entiende. De hecho, preguntado por un consejo o recomendación para los nuevos casos, este pequeño afirma que les diría que «no se asusten, que tienen que ir aprendiendo, que tienen que hacer más ejercicio y la importancia de la buena alimentación, más fruta, más verdura, menos bollería». Además, destaca que no toma «muchas chuches, solo los fines de semana unas cuantas y en los cumpleaños, porque los cumpleaños suelen tocar los fines de semana, así que aprovecho (y se ríe)». Su padre explica que se toma sus gominolas, ya que «hay que controlar lo que come, pero se come sus cosas, aunque poco. Está totalmente preparado».

Este niño relata su día a día desde que se levanta. «Depende de la glucemia que tenga, me pongo la insulina antes o después del desayuno, me visto y salgo al colegio —está en quinto de Primaria—. Mis compañeros ya se lo saben, me ayudan a veces y a las 10:00 me levanto sin molestar, me hago la glucemia, y tengo un papel en clase que me dice cuánta insulina me tengo que poner». Damai explica que «por ejemplo, estoy en 61, cojo mi zumo y me lo bebo». Las profesoras también le ayudan y «me dicen tienes que hacer así o así, o si llamamos a mis padres por si acaso».



Damai Mediavilla con su padre Carlos, presidente de la asociación burgalesa. :: RICARDO ORDÓÑEZ

Él tiene mucho apoyo en el Colegio Venerables de la capital burgalesa. Aunque no todos corren la misma suerte. Uno de cada tres niños no sabe medirse la glucemia y, sin embargo, un 81% debe realizarse un autocontrol durante la jornada escolar. Esto supone que necesiten una ayuda que, en muchos casos, pro-

Uno de cada tres menores no sabe medirse la glucemia y el 34% no recibe ayuda en el colegio

porciona el profesor o alguna persona del colegio, pero un 34% no recibe ninguna. Algunos padres tienen que dejar, incluso, el trabajo para poder atender a los niños», según explica Carlos Mediavilla.

Damai anota que sus padres le explicaron lo que era, cómo debía comportarse y qué hacer en los casos de hipoglucemia o hiperglucemia. Cuando tenía cinco años, ya se ponía por sí solo la insulina. «Luego ya fui yo sabiendo cuánto me tenía que poner, a qué hora me tenía que hacer la glucemia», señala. Ahora, «yo ya sé calculármela, pero no me han enseñado cuánto me debo poner, por ejemplo, si me como un plato de arroz, eso me lo dicen mis padres o mis profesores, porque mis padres

les explicaron todo lo que tienen que hacer».

«Yo llegué al colegio a primaria y mis compañeros decían, pero qué hace», recuerda. Y la profesora les decía que era diabético. «Aunque ya éramos dos en el centro, el otro era más mayor e iba a otra clase, así que mis compañeros se quedaban alucinados», subraya Damai, que añade que «también me han ido ayudando y luego yo les he enseñado, sobre todo, a los que más se interesan». Asimismo, Damai sabe que es muy importante ejercicio para quemar mejor el azúcar. Y, por ello, practica judo y baloncesto. «Mis entrenadores saben lo que tengo que hacer y si me siento bajo, me dicen que descance que tome un zumo».