

## REPORTAJE

# Conviviendo con la diabetes

En la granja escuela 'Buenavista' se reúnen cien niños. Cuarenta de ellos son diabéticos y el objetivo es que aprendan a desenvolverse y controlar su alimentación

MARTA TOCÓN

JEREZ. Durante los meses de verano los niños disfrutan con todos los campamentos y granjas escuelas que existen en la provincia. Es el caso de la granja escuela 'Buenavista' ubicada en la Junta de los Ríos, en la confluencia de los ríos Guadalete y Majaceite, a siete kilómetros de Arcos. Un total de 100 niños han disfrutado durante una semana del paisaje, de los propios compañeros y de las actividades y talleres que organizan los monitores. Pero no sólo los más pequeños se divierten, también los monitores pasan unos días "inolvidables" preparando todas las actividades y juegos dirigidos a los niños con el fin que aprendan y vivan una experiencia con los compañeros que luego puedan recordar con alegría y con ganas de volver a repetir el próximo año. Se organizan actividades de establos, mimbre, piraguas, transformación de alimentos, entre otras. "Por la tarde también hay actividades. Este año están preparando un cortometraje, hacen repostería y el postre que elaboran, lo comemos por la noche. Otros años ha habido cosas de cuero", comenta Juan García, voluntario de la granja escuela.

Una semana repleta de juegos y de diversión, donde tanto los más pequeños como los monitores, enfermeras y voluntarios, aprenden cada día, unos de los otros. La convivencia entre los niños es una de las claves que se propone cada año esta granja. "Aquí tenemos niños diabéticos y no diabéticos. Hacemos charlas sobre diabetes, no muchas para no agobiar. Organizamos grupos para esas charlas. A los más pequeños les hablamos sobre hipoglucemia, es decir, cómo defenderse; y a los grandes, se les da con un poco más de nivel, aunque teniendo en cuenta que ellos vienen aquí a disfrutar. Lo más positivo es el hecho de convivir con más de 40 niños diabéticos", sostiene Juan García.

"Además de la diversión, también aprenden cada día con la práctica", apunta García. Las actividades se realizan con toda la normalidad, no hay limitación y riesgo alguno con respecto a los niños diabéticos. "Prácticamente lo pueden hacer todo, excepto algún deporte de riesgo como, el montañismo. Si le coge apartado y no puede solucionar la emergencia que tenga en ese momento, entonces sí hay que tener cuidado. Pero aquí no hay nada especial para diabéticos, nos adaptamos a las cosas de la granja", afirma el voluntario.

Los monitores se encargan cada día de los controles. Es el mayor riesgo que hay en la granja escuela. La actividad física genera un desgaste de energía y, con ello una bajada de azúcar, la hipoglucemia. García comenta que "la acti-



### ACTIVIDADES Y CONTROLES

Arriba, algunas de las niñas en la Granja Escuela disfrutando un rato en la piragua. Abajo, dos de las niñas más pequeñas de 7 años haciéndose controles de azúcar.

vidad hace que la insulina sea más efectiva y, al final terminamos eliminando alguna que otra dosis. Si vemos que algunos niños van teniendo sucesivas hipoglucemias, le vamos reduciendo las dosis de insulina. El control de azúcar hay que manejarlo teniendo en cuenta la actividad física, la dieta y la dosificación de la insulina".

En la actividad de la ruta, el monitor que acompaña a los niños lleva siempre una mochila con algún controlador de azúcar. "Aunque si son más grandes, ellos mismos llevan sus cosas por sí les da la hipoglucemia", sostiene. Cada monitor lleva un grupo de 6 niños y, todos "han sido niños coloniales aquí conmigo. Han pasado por ayudantes de monitores y ya están como monitores", dice el voluntario. Hay muchos niños que no son diabéticos y eligen el turno de los diabéticos. "Bárbara es

**"Desde hace tres años hay una subvención de la Junta de Andalucía y los niños no tienen que pagar por estar aquí"**

## Más de 15 años de historia: evolución en los tratamientos de la diabetes

La Asociación de Diabéticos contrata 60 plazas en las asociaciones de la provincia. "Este año han venido a la granja niños de Córdoba y de Huelva. Cada año viene más gente de otras partes de Andalucía", sostiene Juan García. Desde el año 1987, la granja escuela 'Buenavista' viene desarrollando su labor en el campo educativo y el tiempo libre, organizando programas para escolares y particulares. Juan García lleva como voluntario en esta granja desde el año 1991. "Tanto yo como los niños venimos aquí para disfrutar de esto", apunta el voluntario. Niños de entre 7 y 15 años acuden cada año a esta

granja. Los más pequeños son los que más preocupan a todo el equipo de profesionales, ya que según García, "tienen menos conocimiento sobre la diabetes y, por tanto hay que estar más pendiente de ellos". Desde el año 91 hasta hoy, el tratamiento de la diabetes ha tenido un gran progreso. "Me acuerdo que antes estábamos con jeringuillas. Ahora están los bolígrafos, han cambiado las dosificaciones y también hay insulinas de acción muy rápida que sólo existen desde hace dos años. Los tratamientos no tienen nada que ver a cuando yo estuve aquí el primer año", sostiene García.

una de ellas, viene por su cuenta, no a través de la asociación y la conocemos desde hace muchos años. De hecho duerme en la misma habitación de los diabéticos", comenta García.

La alimentación no es un problema para los voluntarios y los monitores de la granja. "No es tan restrictiva como se cree, consiste en conocer lo que se está comiendo. Evitamos alimentos no recomendables como son los de azúcares rápidos, no hay nada prohibido", apunta García. Encarnación Castillejos y Concepción Cruzado son dos enfermeras de la Granja que llevan 5 y 11 años respectivamente en la granja escuela y, controlan en todo momento la situación de los niños. "El trabajo es un poco cansado, los controles se hacen hasta muy tarde, pero luego es muy gratificante", comentan las dos.