



son algunos de los aspectos del control de la diabetes que más se ven afectados durante esta etapa.

Según explica el director de la Fundación para la Diabetes, Rafael Arana, «la atención psicológica es una de las grandes olvidadas en el tratamiento de la diabetes. Desde foros como la Fundación pretendemos que los padres, por un lado, aprendan estrategias para el manejo de posibles dificultades y, por otro, que los hijos conozcan a otros jóvenes con sus mismas inquietudes». Así, especialistas como el citado doctor Lorente consideran que «los programas de esta índole son muy necesarios. Desde las sociedades científicas se reconoce la importancia de los aspectos psicosociales, pero no se materializa en recursos».

Entre los 13 y los 18 años el control de la diabetes empeora, por los cambios físicos y sociales que sufre el enfermo

¿Adolescente y con diabetes...? Dale todo el apoyo psicológico

CADA AÑO, 70.000 NIÑOS MENORES DE 15 AÑOS DESARROLLAN ESTA ENFERMEDAD; SIN DUDA, UN MAL MOMENTO PARA EL ADOLESCENTE, AL QUE CONVIENE CUIDAR MUY DE CERCA.

La adolescencia es una de las etapas en la vida de los diabéticos en la que resulta más difícil controlarla. La Fundación para la Diabetes subraya la importancia de dar apoyo psicológico, tanto al adolescente como a los padres, para facilitar un buen cuidado de la enfermedad y ofrece información completa en su página web (www.fundaciondiabetes.org).

«Entre los 13 y los 18 años el control de la diabetes empeora, ya que se producen

cambios fisiológicos y psicosociales que dificultan controlar la enfermedad. Es importante que los padres entiendan la postura de su hijo, y viceversa; también que aprendan a diferenciar qué aspectos de su actitud se deben a la adolescencia y cuáles a la diabetes para poder negociar con ellos», afirma Iñaki Lorente, psicólogo de la Asociación Navarra de Diabetes.

Olvidar con frecuencia el tratamiento, jugar con los ajustes de insulina y con la alimentación y las salidas nocturnas

► **Mucho apoyo psicológico.** El comienzo de la enfermedad, una complicación o simplemente la evolución de la misma son otros de los momentos en los que es más necesario el apoyo psicológico. «Aproximadamente a los cinco años de su evolución se produce una desmoralización», indica. Para solucionar esta situación, este experto recomienda afrontar la enfermedad de una forma positiva, planteándose la posibilidad de un futuro sin diabetes y valorando cada uno de los avances que se producen para el tratamiento y que «facilitan el control y mejoran la calidad de vida».

Los psicólogos sugieren tomar algunas medidas para convivir con este trastorno, como que los dos miembros de la pareja compartan el seguimiento de la enfermedad del hijo, evitando que la responsabilidad recaiga sólo sobre uno de ellos, o normalizar la vida con diabetes. El primer estudio realizado entre 400

niños y adolescentes con diabetes tipo 1, de entre seis y 16 años, residentes en diez comunidades autónomas y realizado durante la celebración de colonias veraniegas, reveló las dificultades que se encuentran en las actividades escolares y extraescolares. También resulta relevante que en una de cada dos familias con hijos diabéticos al menos uno de los cónyuges –habitualmente la madre– tenga que cambiar su actividad laboral o dejar de trabajar para atender las necesidades del niño mientras éste se halla en la escuela.

► **Atención en el centro escolar.** Así, la Fundación para la Diabetes propone la visita puntual de un profesional sanitario al centro escolar y que no queden a la buena voluntad de algunos profesores; entre otras cuestiones, porque éstos podrían ser demandados legalmente como consecuencia de una intervención desafortunada.

Y más todavía, porque la mitad de los niños encuestados demandan mayor información y más claras explicaciones sobre la enfermedad para poder llegar a entenderla; también que los de su alrededor sepan cómo prevenir una hipoglucemia grave y cómo actuar si se produce y que haya alguien que los sepa ayudar administrándoles el glucagón o lo que precisen. ■

Una enfermedad que va creciendo

► **El 'mal'.** En España se estima que existen 30.000 casos de diabetes en niños menores de 15 años. Los especialistas afirman que un 90 ciento se refiere a la diabetes tipo 1. Ésta suele aparecer súbitamente y puede surgir entre las primeras semanas de nacimiento hasta los 30 años de edad –aunque es en el periodo de los cinco a los siete años, y durante la pubertad, cuando la enfermedad tiende a ser más común–. Ésta requiere insulina inyectada para regular los niveles de glucosa en la sangre, aunque hay estudios que garantizan que los niños que practican deporte podrían tener mejores niveles de glucosa.