

## a la última

# “No se puede vivir para la diabetes, sino vivir con ella”

M. R. REY  
plascencia@extremadura.elperiodico.com  
PLASENCIA

Tener diabetes es una faena, pero no impide disfrutar de la vida y como prueba, en Plasencia vive Álvaro Martín, que con diecisiete años pertenece al equipo que quedó tercero en el Segundo Campeonato Europeo de Fútbol para niños y jóvenes diabéticos celebrado en Ginebra a finales de agosto. Es el capitán y el único extremeño de los flamantes campeones, todos los demás de Madrid, que se impusieron a los alemanes en categoría senior.

Más de 170 niños y niñas de entre seis y dieciocho años con diabetes tipo -1 procedentes de más de diez países europeos participaron en el torneo suizo organizado por la Federación Internacional de la Diabetes y la Sociedad Internacional para la Diabetes Pediátrica y Adolescente con Medtronic y Bayer HealthCare, ambas líderes mundiales en tecnología médica para el cuidado de la diabetes. El objetivo, demostrar que esta enfermedad no es un impedimento para realizar deporte. Pero el propio campeón placentino le quita importancia. “Se le da mucha importancia por lo que supone de superación, que sí, pero que tampoco es un milagro” advierte un maduro adolescente que debutó a los doce años.

“Al principio fue un shock para mí y para mis padres más que nada por los pinchazos y es una circunstancia nueva que te impone unas reglas, pero hay que adaptarse a ella, no vivir para la diabetes, sino vivir con ella”. Este es el mensaje de un joven que ha sabido sacar algo bueno hasta de la enfermedad y



Álvaro Martín chuta al balón, ya de vuelta del campeonato, ante la catedral de Plasencia.

### SUPERACIÓN **Flamante campeón**

Álvaro Martín es el único extremeño y capitán del equipo nacional que quedó tercero en el torneo europeo de fútbol para jóvenes diabéticos celebrado en Ginebra

es que afirma que “ganas -dice- en responsabilidad. A nadie se la desea, claro está, pero salvo gente que se mete en un pozo, se puede vivir perfectamente”. Él ha optado por la bomba de insulina, que incrustada en el cuerpo dura tres días y evita unos catorce pinchazos. “Es importante tener autonomía y si me quiero ir a comer con los amigos, pues no hay problema”. Todo un ejemplo de superación de un diabético que estudia segundo de Bachillerato en el instituto Valle del Jerte y que se ha propuesto estudiar Ingeniería Aeronáutica en Madrid. “Hay que volar del nido” se ríe.

La de Ginebra la recuerda co-

mo una experiencia única. “Cuando te ves entre ochenta chavales que están ahí por lo mismo que tú y viven como tú te das cuenta de que no estás solo y de que hay que tirar para adelante”. El caso del capitán fue aún más duro que para su equipo porque él tenía que desplazarse en tren hasta Madrid para entrenar en días alternos. Por ser el único extremeño reconoce que sintió “cierto orgullo, pero te das cuenta de que los extremeños estamos por todas partes”. La organización personal en Álvaro Martín los pilares en el manejo de la diabetes, el ejercicio físico junto a la insulino-terapia y la alimentación. ≡