

SALUD | El concejal Antonio Rodríguez convive con la diabetes desde que tenía 26 años y asegura que, aunque la tiene muy presente, no le impide llevar una vida muy activa. **POR NORIÁN MUÑOZ**

‘Los diabéticos nos cuidamos más y estamos más sanos que mucha gente’

Antonio Rodríguez, concejal del Área d’Espais Públics no tiene en su despacho nada que recuerde su condición de diabético. Sólo se ‘pincha’ insulina dos veces al día, aunque su secretaria, eso sí, tiene un pequeño arsenal de galletas y zumos que le ofrece para que haga las meriendas que necesita para encontrarse bien. «Sé que va siempre de bólico», comenta ella.

Cuenta Rodríguez que muchas personas se sorprenden cuando se enteran de que es diabético y es capaz de llevar adelante tantas actividades. Él asegura que «los diabéticos nos cuidamos más y estamos más sanos que mucha gente. Hasta tenemos menos absentismo laboral en general». Su secretaria lo confirma «nunca lo he visto faltar un día».

Quienes trabajan con él en la Brigada d’Intervenció Ràpida no se extrañan de verle hacer un pequeño ‘stop’ para merendar. Explica que nunca ha ocultado su enfermedad y cada vez conoce a más personas diabéticas, como el también concejal Manuel López Pasca, o el presidente de la Via T, Joan Anton. No debería extrañar, puesto que la proporción de diabéticos en España ronda el 10% de la población en general, es decir, una de cada diez personas.

Malabarismos en las comidas

Las comidas oficiales tampoco le preocupan demasiado, aunque siempre está haciendo pequeños malabarismos: fruta en vez de pastel, poco pan, carbohidratos con moderación... Aunque sí que aprovecha para quejarse de que en algunos sitios todavía no ofrecen bebidas sin azúcar.

Esa idea de normalidad no quiere decir que se tome la enfermedad a la ligera. Sabe que se trata de una dolencia silenciosa «puede ir



Antonio Rodríguez con su secretaria, que siempre se acuerda de guardarle alguna merienda. FOTO: LLUÍS MILIÁN

afectando tu vista, tu corazón, tus riñones, sin que te enteres, sin que ni siquiera te duela nada». Eso lo sabe por experiencia directa, ya que la enfermedad le arrebató a su padre hace ya unos años.

Sabe, igualmente, que el estrés no le beneficia «la adrenalina y la insulina son contrarias», señala, aunque trata de tomarse las cosas con calma. De hecho la enfermedad, de tipo 1 (diabetes juvenil o insulino dependiente) en su caso, apareció a los 26 años tras el doloroso proceso de enfermedad y muerte de su madre.

También gracias a sus experiencias sabe que no se comportan igual respecto a la enfermedad quienes la descubren de jóvenes y los mayores. En el primer caso la rebeldía típica dificulta seguir el tratamiento y los cuidados. En el segundo lo

que cuesta es cambiar los hábitos de toda una vida.

Muy concienciado sobre la enfermedad, Rodríguez es tesorero desde hace doce años de la Associació de Diabètics de les Comarques Tarragonines, que desde ayer y hasta mañana celebra sus jornadas que este año llegan a la edición número 38. Asegura que la asociación, que tiene unos 300 miembros, está abierta, más que nunca, a los diabéticos más jóvenes que pueden encontrar aquí un espacio para compartir experiencias y disfrutar de actividades de ocio.

Aunque asegura que ya se ha avanzado mucho, cree que falta que el resto de la sociedad se dé cuenta de que los diabéticos pueden llevar una vida muy normal.

norianm@diaridetarragona.com

LA CHARLA DE HOY

Para prevenir

En el marco de las charlas que organiza la Associació de Diabètics de les Comarques Tarragonines el tema que se tratará hoy es *El pie Diabético*, a cargo de la farmacéutica Amàlia Oliete. Explica la especialista que los diabéticos no siempre tienen en cuenta el riesgo de sufrir lesiones graves en los pies. Es por ello que en la charla se les enseñará cómo realizar la revisión diaria de esta parte del cuerpo, ya que la enfermedad implica una pérdida de sensibilidad. La charla gratuita es hoy a las 19.30 horas en la sala de actos del Ayuntamiento. Mañana habrá una última sesión a la misma hora.