

Los cambios fisiológicos y psico-sociales que surgen en la adolescencia dificultan el control de la diabetes.

Los cambios fisiológicos y psico-sociales que surgen en la adolescencia dificultan el control de la diabetes.

Según se ha puesto de manifiesto en el VIII Seminario Práctico de Psicología y Diabetes para padres y adolescentes, celebrado el pasado fin de semana en Vitoria.

- Que los dos miembros de la pareja compartan el seguimiento de la diabetes del hijo, normalizar la vida con diabetes o compartir experiencias cotidianas con otras personas en las mismas circunstancias, son algunos consejos para mejorar la convivencia con la diabetes en la adolescencia

- Ocultar las transgresiones en el control de la diabetes, como comer a escondidas, etc. es uno de los signos más importantes ante el que los padres deben plantearse buscar ayuda psicológica

- El descenso en la adherencia al tratamiento, jugar con los ajustes de insulina y alimentación, y las salidas nocturnas son algunos de los aspectos del control de la diabetes que más se ven afectados durante esta etapa

- El debut de la enfermedad, una complicación o simplemente varios años de la evolución de la misma son otros de los momentos en los que más necesario es el apoyo psicológico

Vitoria, diciembre de 2011.- Durante la edad infantil y, sobre todo en la adolescencia, uno de los aspectos de la diabetes que necesita especial atención es el psicológico. Así, la adaptación al tratamiento de la diabetes y los cambios que se producen durante la adolescencia hacen que, a veces, surjan dudas e inquietudes en el entorno familiar. El apoyo psicológico al adolescente y a sus padres contribuye a mejorar la convivencia con la diabetes en esta etapa. Según Iñaki Lorente, psicólogo clínico de la Asociación Navarra de Diabetes, "entre los 13 y los 18 años el control de la diabetes empeora, ya que se producen cambios tanto fisiológicos - en relación a que todas las hormonas son contrarreguladoras- como psico-sociales (rebeldía) que dificultan un buen control de la enfermedad. Es importante que los padres entiendan la postura de su hijo, y viceversa, así como que aprendan a diferenciar qué aspectos de su actitud se debe a la adolescencia y cuáles a la diabetes para que cada uno sea abordado como corresponde".

Con el objetivo de que los padres aprendan estrategias para el manejo de posibles dificultades y, por otro, que los hijos conozcan a otros jóvenes con sus mismas inquietudes, la Fundación para la Diabetes, en colaboración con la Asociación de Diabéticos de Álava y la Asociación Guipuzcoana de Diabetes, ha celebrado el pasado fin de semana en el Palacio de Congresos Europa (Vitoria) el VIII Seminario Práctico de Psicología y Diabetes para padres y adolescentes. El programa ha incluido sesiones teórico – prácticas en las que se abordan los distintos aspectos relacionados con cada grupo de edad en que se dividen los participantes.

En el Seminario han participado padres y madres de niños con diabetes de 0 a 11 años de edad, padres y madres de jóvenes con diabetes de 12 a 17 años de edad y chicos y chicas con diabetes de 12 a 17 años.

Cuándo buscar ayuda psicológica

Entre los signos ante los que los padres deben plantearse buscar ayuda psicológica, Iñaki Lorente destaca “ocultar las transgresiones en el control de la diabetes, como comer a escondidas, etc.”. En este sentido, el descenso en la adherencia al tratamiento, jugar con los ajustes de insulina y alimentación, y las salidas nocturnas son algunos de los aspectos del control de la diabetes que más se ven afectados durante esta etapa. En cualquier caso, este experto destaca que “siempre es necesario distinguir cuáles de estos problemas se deben a la adolescencia y cuáles a la aceptación de la diabetes por parte del adolescente”.

El debut de la enfermedad, una complicación o simplemente varios años de la evolución de la misma son otros de los momentos en los que más necesario es el apoyo psicológico. “Aproximadamente a los 5 años de evolución de la enfermedad puede aparecer un descenso en la motivación”, indica. Para solucionar esta situación, este experto recomienda afrontar la enfermedad de una forma positiva, planteándose la posibilidad de la existencia de un futuro sin diabetes y valorando cada uno de los avances científicos y tecnológicos que se producen para el tratamiento y que “facilitan el control y mejoran la calidad de vida”.

Convivir con la diabetes en la adolescencia

Además de tener en cuenta estos avances, los psicólogos reunidos durante el seminario sugieren llevar a cabo algunas medidas para convivir con la diabetes como que los dos miembros de la pareja compartan el seguimiento de la diabetes del hijo, evitando que la responsabilidad recaiga sólo sobre uno de ellos; normalizar la vida con diabetes o compartir experiencias de la vida cotidiana con otras personas en las mismas circunstancias.

“Asimismo –destaca Lorente– es fundamental tener en cuenta que durante la etapa de la adolescencia nos encaminamos hacia la responsabilización y, por ello, los padres debemos pasar de ser pilotos a copilotos en la vida de nuestros hijos”.

Fundación para la Diabetes

La [Fundación para la Diabetes](#) es una entidad sin ánimo de lucro y de interés general que tiene como objetivo contribuir a la prevención y tratamiento de la diabetes y sus complicaciones, así como a la mejora de la calidad de vida de las personas con diabetes. Para ello desarrolla actividades educativas, formativas, de investigación y sensibilización social en todo el territorio del Estado Español.