

ADOLESCENCIA Y DIABETES Tanto los físicos como los psico-sociales

Los cambios en los adolescentes, malos para controlar la diabetes



Signos como comer a escondidas deben plantear a los padres buscar ayuda psicológica

EL DÍA
C-LM

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 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 as-

pectos de su actitud se debe a la adolescencia y cuáles a la diabetes para que cada uno sea abordado como corresponde".

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

LAS CLAVES

**—1—
Los cambios que se sufren a esa edad**

Son tanto físicos como sociales y ambos se deben tener en cuenta

**—2—
Las salidas nocturnas**

Es uno de los aspectos que más se ven afectados en el control de la enfermedad

**—3—
Responsabilidad compartida**

Deben ser los dos miembros de la pareja los que lleven el control de la diabetes

La adolescencia es un periodo muy importante pues en ella el enfermo se encamina hacia la responsabilización.

que se producen para el tratamiento y que "facilitan el control y mejoran la calidad de vida".

CONVIVIR CON LA DIABETES

Además de tener en cuenta estos avances, los psicólogos 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".

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.